



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBERLİ BROKOLİ SOTE

300 gram brokoli
2 adet kırmızı dolmalık biber
6 orba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber,
1 tatlı kaşığı toz zencefil
Pul biber

Bir tencereye 3 su bardağı su koyup içine tuz ve limon suyu koyup kaynatın. Kaynayınca içine biberi ve brokoliyi atıp 5 dakika kaynatıp süzün. Tavadayğı ve baharatları ısıtıp içine haşlanmış sebzeleri ekleyip 3 dakika kadar sote edip servis yapın.