



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY VEJETARYEN PİZZA

Uzman Diyetisyen Deniz Berksoy

5 adet milföy hamuru
3 parça brokoli
1 adet kırmızıbiber
1 adet domates
1 adet yeşil biber
1/2 kabak
İsteğe göre soğan
1 yemek kaşığı salça
Kekik
Tuz
Karabiber
Rendelenmiş kaşar peynir

Bir borcama milföyleri birbirine yapışacak şekilde dizin.
Bir kasede salçayı sulandırın, içerisine tuzu da ekleyip sulandırdığınız salçayı milföylerin üzerine gezdirin.
Sebzeleri ufak parçalar haline getirip malzemeleri milföyün üzerine yerleştirin.
En üste kekiği ve kaşarı ekleyip 180 derece önceden ısıtılmış fırında pişirin.
Pişen pizzayı sıcak servis edin.