



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE KAPAMA

2 adet yeşil biber
2 adet iri havuç
1 baş kereviz
2 adet patates
2 adet domates
200 gr ıspanak
3 diş sarımsak
1 yemek kaşığı biber salçası
Zeytinyağı
Tuz

Bir tencerenin dibine halka şeklinde doğradığımız yeşil biberleri yerleştirelim.
Üzerine halka şeklinde doğradığımız havuçları dizelim.Havuçların üzerine halka şeklinde kalın kalın doğradığımız domatesleri yerleştirelim.
Domateslerin üzerine halka şeklinde kalın doğradığımız kerevizleri yerleştirelim.
Kerevizlerin üzerine halka şeklinde doğradığımız patatesleri yerleştirelim.
Patateslerin üzerine elimizle kopardığımız ıspanakları serpelim.
Üzerlerine tuzu, salçayı ve orta kalınlıkta doğradığımız sarımsakları serpelim.
Son olarak sebzelerin üzerinde zeytinyağını gezdirelim.
Sebze Kapamayı kısık ateşte su ilave etmeden pişirip servis yapalım.

