



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ MAKARNA

250 gr karnabahar  
10 adet mantar  
2 adet Knorr Bulyon (et ya da tavuk)  
1 paket penne makarna  
250 gr brokoli  
3 diş sarımsak  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
10 adet brüksel lahanası  
1 tatlı kaşığı pulbiber

Öncelikle Wok tavanın içine, yıkayıp küçük dallara ayırdığımız brokoli, karnabahar, ikiye böldüğümüz brüksel lahanaları, 4'e böldüğümüz mantarları 3 diş rendelenmiş sarımsak, tuz, biber, nane ve kekiği çiğ olarak koyuyoruz. Ocağa aldığımız yemeği 20-25 dakika kadar pişiriyoruz. Sebzeler pişirken 1 paket penne makarnayı, kaynamış içine biraz zeytinyağı ve 2 adet knorr bulyon eklenmiş sıcak suyun içine atıp, yaklaşık 15 dakika kadar pişiriyoruz. Haşlanmış makarnaları büyük bir borcamın içine alıp üzerine pişirdiğimiz sebzeleri ilave ediyoruz. Sıcak servis ediyoruz.