



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

VEJETARYEN BİBER KAVURMASI

2 adet dolma biberi
2 adet kırmızı biber
2 diş sarımsak
1 adet domates
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz

Biberlerin tohumları çıkarılır ve kalın kibrit çöpü şeklinde doğranır. tavaya yağ konur, ısınınca biberler atılır. Bir kaç dakika orta ateşte çevrilir. Küp doğranmış domates, ince kıyılmış sarımsak ve tuz ilave edilir. Domates gevşeyince pişmiş demektir.
