



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ARPA ŞEHRIYELİ SEBZELER

Malzeme:

4 adet domates

4 adet renkli biber

4 adet patlıcan

4 adet kabak

4 adet mantar

2 çorba kaşığı Altın Hasat Zeytinyağı

tuz

karabiber

Sosu İçin :

yarım su bardağı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı

yarım çorba kaşığı maydanoz

1 çorba kaşığı taze kekik

2 diş sarımsak

1 adet limon

Harcı İçin :

115 gram yağsız beyaz peynir

100 gram Bizim Mutfak Arpa Şehriye

yarım çorba kaşığı kimyon

yarım çorba kaşığı kişniş

bir buçuk çorba kaşığı kuru üzüm

bir buçuk çorba kaşığı yer fıstığı

1 çorba kaşığı Taze nane

yarım soğan

Domateslerin kabuklarını soyup çekirdeklerini kaşık yardımıyla çıkartın. Biberlerin üst kısmını kesin ve saplarını ayırdıktan sonra bir kenara alın. Domates dışında tüm sebzeleri, biberlerin ayırdığınız üst kısımlarıyla beraber fırın tepsisine dizin ve üzerlerine yağ gezdirin. Önceden ısıtılmış 150 derece fırında 15 dakika kadar pişirin ve oda sıcaklığında 1 saat soğutun. Her bir patlıcanın ve kabağın içini oyun. Yağsız beyaz peynirin yarısıyla harç için gereken tüm malzemeleri karıştırın. Hazırladığınız harç ile diğer tarafta soğumaya bıraktığınız sebzelerin içini doldurun. Sebzeleri ve domatesleri tencereye yerleştirin. Kısık ateşte 5 dakika kadar pişirin. Sos için gerekli bütün malzemeleri 6 çorba kaşığı suyla beraber karıştırın. Biberlerin daha önceden kestiğiniz üst kısımlarıyla hazırladığınız dolmaların üzerine kapatın. Pişen sebzeleri servis tabağına alın. Kalan beyaz peynirleri küp şeklinde doğrayıp sebzelerin üzerine yerleştirin. Arpa şehriyeli sebzelerin üzerine hazırladığınız sosu dökün. Nane yaprağıyla süsleyip servis yapın.