



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU AVOKADOLU SANDVIÇ

- 2 dilim tost ekmeđi
- 2 adet domates
- 1 adet avokado
- 4 dilim jambon
- 100 gr. parmesan peyniri
- Beşamel sos için:
- 2 bardak süt
- 2 kaşık un
- 50 gr. margarin
- 1 kase kaşar rendesi
- 1 fiske tuz

Domatesleri dilimleyip yağsız tavada soteleyin. Jambon dilimlerini ve avokado dilimlerinin yarısını da aynı tavada soteledikten sonra tost ekmeğine önce jambon, sonra avokado en üstede domates ve parmesan peynir gelecek şekilde dizin. Diğer tost ekmeğini üzerine kapatın.bir tencerede beşamel sos için un ve margarini kavurun. Azar azar süt ilave edin. Tuzunu koyarak pişirin. Tost ekmeklerinin üzerine beşamel sosu dökün. Kaşar rendesini üzerine serpererek ısıtılmış fırında pişirin. Üzerine avokado dilimleri koyarak servis edin.

