



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU KIŞ SEBZELİ KIŞ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

Hamur için:

2 su bardağı un

100 gr soğuk tereyağı (küçük parçalar halinde)

1 çay kaşığı tuz

4 yemek kaşığı soğuk su

İç harcı için:

1 adet kabak

1 adet havuç

1 adet pırasa

1 adet brokoli (küçük çiçeklerine ayrılmış)

1 adet kırmızı biber

2 yemek kaşığı zeytinyağı

Tuz ve karabiber

Beşamel sos için:

2 yemek kaşığı tereyağı

2 yemek kaşığı un

2 su bardağı süt

1 tutam muskat rendesi

Tuz ve karabiber

Üzeri için:

1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

1 çay kaşığı kırmızı pul biber (isteğe bağlı)

Geniş bir karıştırma kabına unu ve tuzu ekleyin.

Soğuk tereyağını unun içine alarak parmak uçlarınızla ufalayın.

Tereyağı tamamen unla bütünleştirdiğinde, soğuk suyu ekleyerek hamuru toparlayın.

Hazırladığınız hamuru streç filme sararak buzdolabında en az 30 dakika dinlendirin.

Kabağı, havucu ve kırmızı biberi ince dilimler halinde kesin.

Pırasayı ince halkalar şeklinde doğrayın ve brokoliyi küçük parçalara ayırın.

Zeytinyağını geniş bir tavada ısıtın, önce pırasayı ekleyip birkaç dakika soteleyin.

Ardından kabak, havuç ve kırmızı biberi ekleyerek sotelemeye devam edin.

Son olarak brokoliyi ekleyin ve sebzeleri hafif diri kalacak şekilde pişirin.

Tuz ve karabiberle tatlandırdıktan sonra ocaktan alın.

Bir tencerede tereyağını eritin, üzerine unu ekleyip birkaç dakika kavurun.

Unun rengi hafif dönmeye başladığında sütü yavaş yavaş ekleyin ve sürekli karıştırarak pürüzsüz bir sos elde edin.

Muskat rendesini, tuzu ve karabiberi ekleyin.

Beşamel sos kaynadıktan sonra birkaç dakika daha karıştırarak koyulaşmasını sağlayın ve ocaktan alın.

Buzdolabında dinlendirdiğiniz hamuru, hafif unlanmış bir zeminde merdane ile açın ve tart kalıbınızın boyutuna göre şekillendirin.

Kalıbın tabanını ve kenarlarını hamurla kapladıktan sonra çatalla hamurun tabanını delin.

Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, hamuru 10 dakika kadar ön pişirme yapın.

Ön pişirme sonrası hamurun üzerine sebzeleri yerleştirin.

Hazırladığınız beşamel sosu sebzelerin üzerine dökün ve bir spatula yardımıyla eşit şekilde yayın.

Son olarak rendelenmiş kaşar peynirini üzerine serpiştirin.

Kişi, 180 derece fırında 25-30 dakika, üzeri altın rengi alana kadar pişirin.

Fırından aldıktan sonra dilimlemeden önce birkaç dakika dinlendirin.



© lezzetler.com tarif no:180446 • adı:Beşamel Soslu Kış Sebzeli Kış • gönderen:dolu • indirme tarihi:04.04.2025 - 09:55