



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BROKOLİ PÜRESİ

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

500 g brokoli
50 g kuru soğan
50 g patates
Yarım havuç
Yarım diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
25 g parmesan peyniri

Sebzeleri buharda 8 dakika pişirin. Bir tavada soğan ve sarımsağı, tereyağı-zeytinyağı karışımında pembeleştirin. Buharda pişirilen sebzeleri de ekleyerek hafifçe soteleyin. Sonrasında sebze sotesini ocaktan indirerek blenderdan geçirerek püre haline getirin. Tekrar tencereye alarak karabiber, tuz ve parmesan peyniri ekleyerek tatlandırın.

