



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞ SEBZE MAKARNASI

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

80 g kabak
80 g balkabağı
80 g havuç
Mikro filizler (opsiyonel)
Pesto sos:
100 g fesleğen
120 g zeytinyağı
1 diş sarımsak
5 g tuz
10 g çam fıstığı
2 küp buz

Sos için, buz hariç bütün malzemeleri pürüzsüz olana kadar blender'dan geçirin. En son içine buzları atın ve son bir kez daha karıştırın.

Tüm sebzeleri spiral doğrayıcıdan geçirin. Spagetti şekline gelen sebzeleri büyük bir kaseye alıp pesto sos ile karıştırın. Servis ederken tercihe göre mikro filizler ya da çekirdekler ile süsleyin.

