



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİN ERIŞTESİ

250 gr. yumurtalı erişte
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı kızartma yağı
1 tatlı kaşığı zencefil
3 adet havuç
2 sap pırasa
1 adet kırmızı dolmalık biber
75 gr. boncuk taze fasulye
1 çorba kaşığı soya sosu
Yeterince tuz, yeni çekilmiş karabiber

YAPILIŞI:

Sebzeleri iyice yıkayrp, temizleyiniz. Havuçları kazıyıp, çok ince kibrit çöpü kalınlığında doğrayınız. Fasulyeleri ikiye bölünüz. Pırasaların yeşil kısımlarını atıp, küçük küçük halka şeklinde doğrayın. Kırmızı etli dolmalık biberin sapını ve tohumlarını ayıkladıktan sonra ince ince uzunlamasına dilimleyin. Hazırladığınız bu sebzeleri bir kenara ayırın. Eriştenin haşlama suyunu kaynatıp içine tuz ve bir tatlı kaşığı zeytinyağı kattıktan sonra içine eriştelere atıp 10 dakika haşlayın. Bir tavaya kızartma yağını koyup kızdırdıktan sonra zencefil içine atıp bir dakika kadar çevirin. Hazırladığınız sebzeleri bu yağa atıp devamlı çevirerek 5-6 dakika börttürün. Bu ara sebzelerin üzerine soya sosunu ilave edip, karıştırmaya devam ediniz. Eriştelere süzerek haşlama suyundan çıkarıp servis tabağına dökün. Üstüne börttürdüğünüz sebzeleri döküp sıcak sıcak ikram ediniz.