



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

DOMATESLİ İKRAMLIKLAR

4 domates
2 enginar
3 kuşkonmaz
4 dal taze soğan
2 dolmalık biber
Tuz, karabiber

Domateslerin içlerini düzgün bir şekilde oyup çıkartın. Enginarları ve kuşkonmazları 5 dakika kadar suda haşlayın. Taze soğanı ve dolmalık biberi küp şeklinde doğrayın. Bu karışımı domateslerin içlerine paylaştırın. Bu tip ikramlarda, kullanmak istediğiniz sebzeleri birbiriyle uyumuna dikkat ederek ayarlayıp domateslerin içine ekleyebilirsiniz. Soğuk olarak servis yapın.