



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## EKMEK KASESİNDE SEBZE KIZARTMASI

Yarım kilo sivri biber  
3 domates  
2 kırmızı soğan  
2 kabak  
1 patlıcan  
1 su bardağı süt  
3 diş sarımsak  
1 çorba kaşığı domates salçası  
4 adet küçük boy yuvarlak köy ekmeği

Sivri biberi iyice yıkayıp kurulayın. Patlıcan ve kabağı da ince dilimlere ayırıp sütün içine yatırın. Daha sonra çıkartıp kurulayın. Bol yağda ya da üzerine hafifçe yağ gezdirerek fırında kızartın. Bu arada tavada bir miktar zeytinyağı ısıtıp içine ezilmiş zeytinyağını (BUNDA BİR YANLIŞLIK VAR HERHAL) ekleyin. Üzerine salçayı, doğranmış domatesi ilave edip karıştırın. Ekmeklerin içlerini oyup şekilli kesin ve bu sosu içlerine sürün. Kızarttığınız sebzeleri de içlerine alın. Kırmızı soğanı ince dilimlere bölün ve ekmeklerin üzerine yerleştirip servis yapın.