



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA SEBZE

1 adet kabak
2 adet havuç
1 adet domates
6 adet kuşkonmaz
1 adet yeşil biber
1 baş sarımsak
Yarım limon suyu
5 yemek kaşığı zeytinyağı
2 dal biberiye
1 çay kaşığı tuz
Yarım çay kaşığı karabiber
Yarım çay kaşığı pul biber

Kuşkonmazları yıkayıp saplarını koparın.

Kabakları dilimleyin.

Sarımsak başını ortadan ikiye kesin.

Derin bir kase içerisine; kabak, havuç, domates, kuşkonmaz, yeşil biber, sarımsak, zeytinyağı, limon suyu, tuz, karabiber ve pul biberi alıp karıştırın.

Sebzelerin üzerine taze biberiyeleri de ekleyip 10-15 dakika bekletin.

Bu sırada Arçelik Ankastre Ocak'ta demir döküm tavanızı ısıtmaya başlayın.

Sebzeleri ısınan tavada pişirmeye başlayın.

Közlenen taraflarını çevire çevire Arçelik Ankastre Ocak'ta pişirin.

Izgara sebzelerinizi ister servis tabağınıza isterseniz de döküm tavanızda servis edin.

