



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARA SEBZELİ VE AVOKADO SOSLU SANDVIÇ

Avokado Sos İçin:

4 adet olgun avokado

4 yemek kaşığı zeytinyağı

4 diş sarımsak

300 gram labne peyniri

Tuz

100 gram dövülmüş ceviz

1 yemek kaşığı limon suyu

Sandviç İçin:

10 adet sandviç ekmeği

10 adet bebe kabak

10 adet bebe patlıcan

4 adet dolmalık sarı biber

4 adet dolmalık kırmızı biber

24 adet mantar

12 dilim gravyer peyniri

Mevsim yeşillikleri

Kızartmak İçin:

Zeytinyağı

Avokado sos için, avokadoların çekirdeklerini çıkarıp içlerini bir kaseye alın. Zeytinyağı ekleyerek iyice ezin.

Tuz, ezilmiş sarımsak, labne peyniri, ceviz ve limon suyunu ilave edip iyice karıştırın. Kabak, patlıcan ve

biberleri temizleyip uzunlamasına ve ince olacak şekilde dilimleyin. Mantarları da ince dilimleyin. Tüm sebzeleri

ayrı ayrı zeytinyağı eklenmiş ızgara tavasında iki taraflı kızartın. Sandviç ekmeklerini enine iki parçaya kesin. Alt

parçalarının üzerine avokado sos sürün. Izgara edilmiş sebzeleri, gravyer peynirini ve mevsim yeşilliklerini

avokado sosunun üzerine dizin. Diğer ekmek parçalarını üzerlerine kapatıp servis yapın.

