



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY YAZ TÜRLÜSÜ

6 kişilik
3 adet kabak
2 adet patlıcan
2 adet domates
2 adet sivri biber
2 adet kırmızıbiber
3 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tuz
Kırmızı biber
1 çay bardağı zeytinyağı
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
2 su bardağı su

Sebzelerin hepsini yıkayıp, kabuklarını soyun ve irice doğrayın. Doğranmış sebzeleri bir tencereye aktarın, üzerine sarımsak ve baharatları ekleyin. Zeytinyağını gezdirip doğranmış maydanoz ve dereotunu ilave edin. Son olarak 2 bardak suyu katıp, tencerenin kapağını kapatın. Sebzeleri hiç kavurmadan, çığden, 20 dakika orta ateşte pişirin. Arzuya göre sıcak veya soğuk servis yapın.

[ML® Yaz Türüsü için tıklayın](#)

[ML® Yaz Türüsü \(görsel\)](#)