



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KÖRİLİ SEBZE

[www.vzug.com](http://www.vzug.com)

150 g kök kereviz  
150 g havuç  
150 g kereviz sapı  
150 g kabak  
150 g kırmızı veya sarı sivri biber  
3 kırmızı çili biber  
150 g soğan, ince doğranmış  
1 diş sarımsak, küçük küçük doğranmış  
4 çorba kaşığı yumuşak toz köri  
240 g şeker domates, konserve, suyu süzölmüş  
0,5 dl zeytinyağı  
2 dl sebze suyu  
½ elma  
½ armut  
½ muz  
Tuz  
Karabiber

Kereviz ve havuçları soyun, kerevizdeki kaba lifli parçaları çıkarın, kabağın sap ve çiçek köklerini kesin, biberi ikiye bölün, sap, çekirdek ve beyaz iç kısmını çıkarın. Sebze yi 1 cm büyüklükte küpler halinde kesin. Çilinin çekirdeklerini çıkarın ve ince şeritler halinde kesin.

Sebze, soğan, sarımsak, çili, köri, şeker domates, zeytinyağı ve sebze suyunu porselen kalıpta karıştırın.

Elma ve armutları soyun ve çekirdeklerini çıkarın, rendeleyin, karıştırın.

Muzları dilimleyin ve ekleyip karıştırın. Kalıbı soğuk fırının içindeki ızgara telinin üzerine yerleştirin.

Pişirin.

3 pişirme sonrasında köriyi iyice karıştırın, tuz ve karabiber ekleyin.

Not: Köri sebzelerini piring halkasında kızarmış muzlarla veya makarnayla servis edin.



