



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

---

## MANTARLI SEBZE GÜVECİ

250 gram mantar  
5 adet sivri biber  
5 diş sarımsak  
2 adet kabak  
2 adet havuç  
1 çorba kaşığı salça  
1 adet soğan  
2 adet defneyaprağı  
1 adet kereviz  
150 gram brokoli  
1 çay bardağı zeytinyağı  
Tuz, karabiber, kekik

Mantarları yıkayıp hemen süzdürün ve üzerindeki kabukları sıyırıp temizleyin. İrice doğrayıp bir kabın içine alın. Üzerine sarımsakları ve sivri biberi irice doğrayın. Havuç ve kabakları yıkayıp soymadan küp şeklinde doğrayın. Kerevizin kenarlarını alın, doğrayıp yıkayın. Soğanı da irice doğrayın ve tüm sebzeleri bir kabın içine alıp karıştırın. Üzerine baharatları ve zeytinyağını koyup harmanlayın. Güveç kabına aktarın. Salçanın üzerine 1 su bardağı su koyup karıştırın ve güvece koyduğunuz sebzelerin üzerine dökün. Defneyapraklarını aralara sıkıştırın. Üzerine yağlı kağıt kapatıp 190 derecede 30 dakika pişirin. Daha sonra üzerini açın 20 dakika daha pişirin. Sıcak olarak servis yapın. İsterseniz içine tavuk eti ya da kırmızı et koyup da aynı şekilde pişirebilirsiniz.