



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NABEYAKİ UDON

3/4 yaprak ıspanak
Yarım pırasa
Yarım havuç
2/3 adet mantar
1 adet orta boy patates
2 orba kaşığı yağ
190 gram udon veya erişte
2 su bardağı balık suyu
1 adet yumurta
1 tutam tuz
1 yaprak in lahanası

Sebzeleri yıkayıp süzün. Pırasayı dilimleyin. Havucu ve patatesi uzunlamasına ortadan ikiye kesip tekrar enine ikiye kesin. Mantarların üzerine bıçakla çizgiler izin. in lahasını iri parçalar şeklinde doğrayın. Yağı tavada kızdırıp sebzeleri soteleyin. Tavayı ocaktan alın. Balık suyunu güveç kabına alıp ocakta ısıtın. Udonları ekleyip hafifçe yumuşayana kadar pişirin. Sebzeleri ekleyip 5-6 dakika daha pişirin. Üzerine 1 yumurtayı kırıp güveç kabını ocaktan indirin.