



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

PEYNİRLİ SEBZE AŞI

Malzemeler:

1 adet orta boy havuç
1 adet orta boy kabak
250 gram taze fasulye
200 gram bezelye
4 dal taze yeşil soğan
3 diş sarımsak
1 kahve fincanı sıvıyağ veya zeytinyağı
100 gram kaşarpeyniri
yeterince tuz
istenilen miktarda karabiber.

Hazırlanışı:

Uygun büyüklükte bir tencereye 200 gram bezelyeyi ve nohut iriliğinde doğranmış 1 adet havucu alalım. Tenceredeki malzemelim üzerini iki parmak aşacak kadar su ilave ederek 5-6 dakika kadar haşlayalım. Nohut iriliğimde doğranmış kabağı ve ince doğranmış fasulyeleri ekleyip, sebzeler yumuşayana kadar hepsini birlikte haşlayalım. Tencereyi ocaktan indirip haşladığımız sebzelerin suyunu süzgeçten geçirelim. Aynı bir tavaya sıvıyağı veya zeytinyağını alalım, iri doğranmış taze soğanları ve sarımsakları ekleyelim. Tavadaki soğanlar hafifçe pembe bir renge kavuşana kadar kavurup ocağın içerinden indirelim ve soğanları haşlamış olduğumuz sebzelere ekleyelim. Tuzunu ve biberim ayarlayıp karıştıralım. Alüminyum folyaya 25 santimlik kareler şeklinde keselim. Folyoların üzerini sıvıyağ ile hafifçe yağlayalım. Sıcak harcı folyoların ortalarına eşit oranlarda paylaşalım. Sebzelerin üzerine kaşar rendesi serpererek, folyoların karşılıklı kenarlarını paket kapatır gibi kapatalım. Fırın kabına paketleri dizelim. Önceden ısıtılmış 220 dereceli fırında 25 dakika kadar pişirdikten sonra alalım. Paketten. açmadan servis tabağına yerleştirelim. Ortalarından keserek servis yapalım.