



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAKLI SEBZELİ MAKARNA

Yarım paket makarna
1 soğan
1 kabak
1 çarliston biber
1 sarı biber
1 havuç
1-2 patlıcan
2-3 domates
1 diş sarımsak
Zeytinyağı

İlk olarak patlıcanların kabuklarını bir sıra ile soyarak küçük küpler halinde doğruyoruz. Kararmaması için tuzlu suda bekletmeye alıyoruz. Havuç, domates, kabak, pırasa ve soğanı küçük küpler şeklinde doğruyoruz. Biberlerin içine boşaltıp onları da hafif boylamasına doğruyarak küçük parçalar haline getiriyoruz. Biberleri sarı kırmızı olarak kullanma sebebim tamamen görsel açıdan. Sivri yeşil biber de kullanabilirsiniz. Bu doğrama işleminde biraz daha profesyonel görünüm elde etmek isterseniz malzemeleri boylamasına doğruyabilirsiniz. Makarnayı yeterli miktarda su ile haşlamaya alıyoruz. Makarna suyuna 2-3 kaşık zeytinyağı ve 1 çorba kaşığı tuz eklemeyi ihmal etmiyoruz. 4-5 yemek kaşığı zeytinyağını boş bi tavaya döküp doğradığımız soğanları çeviriyoruz. Soğanlar biraz ölmeye başladığında patlıcanları ilave ediyoruz. Ara ara karıştırıp pişmeye yakın kıvama gelince küçük parçalar halinde doğradığımız havuçları ilave ediyoruz. Havuçları da biraz çevirip lahanaları, lahanalardan sonra kabakları ilave ediyoruz. Malzemeler kıvamını bulmaya yakınken biberleri ilave ediyoruz. Biberler ölmeye başlayınca domatesleri ve dövdüğümüz sarımsağı ilave ediyoruz. Kısa bi süre daha karıştırdıktan sonra tüm malzemeler pişmiş kıvamda iken altını kapatıyoruz. Tuzunu, karabiberini, kekiğini ev isteğe göre nanesini ilave ediyoruz. Haşlanmış makarnaları servis tabaklarına alıp üzerine soston ilave ediyoruz. Kalori sevmediğimden makarnalara yağ ilave etmiyorum. İsterseniz çok az bir tereyağı ile haşlanmış makarnaları karıştırıp öyle servis edebilirsiniz.