



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE PİŞİRME ÖNERİLERİ

Sebze yemekleri yaparken en çok şikayet edilen iki konu vardır: Keskin kokulu yiyeceklerin kokularının yemeğe sinmesi ve yeşil renkli sebzelerin renklerini kaybetmesi. Her iki problemin de çözümü tektir ve çok basittir.

Soğan, karnabahar, lahana gibi keskin kokulu yiyeceklerin kokularının yemeğe sinmesinden şikayetçiyse, bu sebzeleri pişirirken tenceresinin kapağını aralık tutun.

Kapağı açık tutularak pişirilmesi gereken diğer yemek türleriye yeşil renkli sebzelerin kullanıldığı yemeklerdir. Böylece, buharın dışarı çıkması sağlanacak ve sebzeleriniz renklerini kaybetmeyecektir.

Eğer sebzelerinizi haşlayacaksanız ve renklerinin de kaybolmamasını istiyorsanız, haşlama suyuna bir miktar sirke ekleyin.

Çok bilinen bir öneri olmasına rağmen tekrar etmekte fayda görüyoruz. Yemeklerinizin daha lezzetli olmasını istiyorsanız yemeklerinize sıcak su ekleyin.

<https://www.ulker.com.tr>