



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE PÜRESİ

3 orta boy kabak
1 ortaboy karnabahar
1 kase bezelye
3 orta boy domates
3 yemek kaşığı yağ
Tuz

Kabakları karnabaharı ve bezelyeleri yeteri kadar su ile haşlayın.
Bir başka kaptaki küçük küçük doğradığınız domatesleri iki yemek kaşığı yağda soteleyin.
Haşlanmış kabakları küçük küçük kesin.
Daha sonra tüm karışımı blenderda püre kıvamına getirin.
