



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZE ŞİŞ

4 kişilik Gerekli malzeme
4 adet orta boy sert domates
5 adet orta boy soğan
3 adet biber
1 adet limon
10-12 adet mantar
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 kahve fincanı tozşeker
Defne yaprağı,
Tuz,
Karabiber

Domates, soğan ve biberi şişe geçirilebilecek şekilde kesin. Mantarlarla birlikte, zeytinyağı, şeker, defne yaprağı, tuz, biber ve limon suyu karışımıyla iyice bulayıp şişlere dizin. Fırının grilinde veya ızgarada kızartarak et veya balığın yanında servis edin.