



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZE SOTE

Sahrap Soysal

- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 adet küçük boy soğan
- 3 diş sarımsak
- 2 çay kaşığı rendelenmiş zencefil
- 1/4 çay kaşığı pul biber
- 1 adet kabak
- 1 adet kereviz
- 2-3 dal brokoli
- 5-6 adet mantar
- 1 adet kırmızı biber
- 2 yemek kaşığı soya sosu

Kullanmak istediğiniz tüm sebzeleri yıkayıp süzdükten sonra ince ince doğrayın.

Bir tavada zeytinyağını ısıtıp, yemeklik doğranmış soğanı, sarımsak, zencefil ve pulbiberi ekleyip 1-2 dakika soğanlar pembeleşene kadar soteleyin.

Daha sonra sebzeleri ekleyip arada karıştırarak 4-6 dakika sebzeler yumuşayana kadar pişirmeye devam edin.