



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ BÖREK (HAZIR YUFKADAN)

Malzeme:

4 adet yufka

500 gram kıyma

1 adet soğan

200 gram taze fasulye

2 adet havuç

2 adet kabak

1 adet patates

1 paket soya filizi

Karabiber

soya sosu

Kızartmak için :

2 adet yumurta

Galeta unu

Bizim Mutfak Ayçiçek Yağı

İç malzemeyi hazırlamak için kabak, patates ve havuçların kabuklarını kazıyıp jülyen doğrayın. Taze fasulyenin kılçıklarını temizleyip jülyen doğrayın. Soğanın kabuklarını soyup yemeklik doğrayın. Doğranmış soğanı kıyma ile birlikte kavurun. Kıyma suyunu bırakıp çekinceye kadar kavurmaya devam edin. Ocağın altını kısarak sırasıyla havuç, kabak, patates, soya filizi, taze fasulye ve patatesi ekleyerek 10 dakika pişirin. Karabiber ve soya sosu ile tatlandırarak ocağın altını kapatın. İlinmeye bırakın. Yufkaları tezgahın üzerine serip üçgen dilimler elde edin. Hazırladığınız iç harcı yufkaların üzerine eşit şekilde paylaştırıp muska şeklinde sarın. Kızartmak için hazırladığınız börekleri önce iyice çırpılmış yumurtaya, sonra galeta ununa bulayın. Kızgın yağda kızartıp, fazla yağın alması için mutfak havlusu üzerine alın. Sıcak servis yapın.