



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ ÇİN BÖREĞİ

- 2 adet yufka
- 1 adet havuç 2 ince uzun doğranmış
- 2 adet kırmızı biber 2 ince uzun doğranmış
- 2 adet kabak 2 ince uzun doğranmış (çekirdekli kısımları hariç)
- 1 adet pırasa 2 ince uzun doğranmış
- 1/4 beyaz lahana 2 ince uzun doğranmış
- 2 yemek kaşığı soya sosu
- 1/2 su bardağı kuş üzümü
- Tuz
- Karabiber
- Zeytinyağı
- Panelemek için:
- 2 adet Yumurta
- 2 su bardağı Galeta unu
- Kızartmak için:
- Sıvı yağ

Kuş üzümünü yumuşamaları için ılık suya koyup kenara alın. Ardından Vok tavaya zeytinyağı koyup biraz ısıtın ve havuçları ekleyip soteleyin. Havuçlar pişince sırasıyla biber, pırasa, lahana ve kabakları ekleyerek tüm sebzeleri soteleyin. Tuz ve karabiber ile tatlandırın, soya sosunu ilave edin. Yumuşayan kuş üzümünü de ekleyip karışımı soğumaya bırakın.

Her bir yufkayı üçgen olacak şekilde 8 eşit parçaya bölün.

Sebzeler soğuyunca harcı yufkanın kalın kenarına koyup kalın sigara böreği olacak şekilde sarın. Tüm börekleri bu şekilde hazırladıktan sonra bir kaseye 2 yumurtayı kırıp iyice çırpın bir tabağa galeta ununu yayın ve börekleri sırasıyla önce yumurtaya sonra da galeta ununa bulayıp kızgın yağda kızartın ve yanında soya sosu ile servis edin.

