



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ DÜRÜM

Elif Korkmazel

2 adet lavaş ekmeđi
200 gr. mantar
2 çorba kaşığı tereyağı
1'er adet pırasa ve havuç
1 adet kırmızı biber
2 adet sivri biber
2 diş sarımsak
3 çorba kaşığı soya sosu
5 dal maydanoz
Marul yaprađı

Mantarları kıyıp tereyağında 2-3 dakika kavurun. Kıyılmış pırasa ve rendelenmiş havuç ilave edip kavurmaya devam edin. Kıyılmış kırmızı biber, sivri biber ve sarmısağı da ekleyip 3-4 dakika daha pişirin. Tavayı ocaktan aldıktan sonra, soya sosu ve kıyılmış maydanoz katıp karıştırın. Lavaş ekmeğinin içine marul yaprağı koyup üzerine sebze harçtan yayın ve rulo yapın.



Fotoğraf "Saadet" tarafından gönderildi. 17.07.2015