



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ ERİŞTE

Nilay öplü

1 adet iri soğan
1 adet yeşil biber
1 adet kırmızı biber
1 adet havuç
1 avuç taze fasulye
1 adet patlıcan
1 adet kereviz
1 adet patates
1 avuç kırmızı mercimek
½ su bardağı zeytinyağı
500 gram erişte
1 yemek kaşığı biber salçası
Tuz
Karabiber
Kırmızı biber
Maydanoz
Dereotu

Zeytinyağı kızdırılır. Sebzeler tavla zarından biraz iri gibi doğranır. Önce soğan, biber, havuç ve taze fasulye kızgın yağa eklenir, Ara sıra karıştırarak yaklaşık 5 dk kavrulur. Patlıcan ve kereviz eklenir, kavrulmaya devam edilir. Sebzeler biraz yumuşadığında kaynar su, patates ve mercimek eklenir, 5 dk kaynatılır. Erişte eklenir, kaynar su eriştenin üstüne 1 parmak kadar çıkmalı, eğer eksikse kaynar su eklenir. Salça, tuz ve baharatlar eklenir, karıştırılır. Ara sıra karıştırarak 6-7 dk pişirilir. Ateşten alınıp kapağı kapatılır ve tıpkı pirinç pilavı gibi demlenmeye bırakılır. Yaklaşık 15 dk, 1-2 kez karıştırarak demlendirilir. Demlendikten sonra istenirse maydanoz dereotu serpilir. Not: Sevdiğiniz sebzelerle yapabilirsiniz, seçtiğiniz sebze zor pişiyorsa tencereye baştan koyun, kolay pişiyorsa geç koyun. İstedığınız baharatları koyabilirsiniz. Erişte yerine makarna koymak isterseniz patatesle beraber koyun ve 12 dk pişirin.

