



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ IZGARA BÖREGİ

2 adet yufka
2 çorba kaşığı tereyağı
2 adet kabak
Yarım demet taze soğan
2 adet sivribiber
1 adet havuç
1 adet kırmızıbiber
Yarım demet maydanoz
Tuz, karabiber, kırmızı pul biber
Sıvı yağ

Sebzeleri çok ince şekilde doğruyoruz ve tereyağıyla 4 dakika kadar kavurup üzerine baharatları da ekliyoruz. Kıyılmış maydanozu en son koyup bu karışımı soğumaya bırakıyoruz. Yufkaları üçgen şekilde kesip geniş kenarına soğumuş sebzeli içten koyuyoruz. Yufkanın kenarlarını kapatıp rulo şekilde sarıyoruz. Uç kısımlarını suya batırıp yapıştırıyoruz. Tüm yufkaları bu şekilde hazırlayıp kızgın yağda kızartıyoruz.