



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SEBZELİ KAHVALTILIK

<https://www.aksam.com.tr>

1 adet patates  
1 adet soğan  
1 adet havuç  
1-2 kök ıspanak  
3 yemek kaşığı sıvı yağ  
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri  
1 su bardağı süt  
1 yemek kaşığı un (tepeleme)  
1 çay kaşığı kekik  
1 çak kaşığı karabiber  
Tuz

Piyazlık doğradığımız soğanı sıvı yağda soteleyelim.  
İçerisine küp küp doğradığımız patatesleri de ekleyelim.  
Patatesler yumuşayana kadar pişirelim.  
Sonra üzerine bir yemek kaşığı unu ve sütü ekleyelim karıştıralım.  
Rendelenmiş havuç, doğranmış ıspanak baharat ve tuzu da ekleyip karıştıralım kapağını kapatıp ara ara karıştırarak 6-7 dakika kısık ateşte bu şekilde pişirelim.  
Son olarak üzerine kaşar peynirini serpip kapağını kapatalım.  
Kaşar eriyince servis edelim.

