



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ KİŞ

1 adet kiş hamuru
400 gr kabak
2 adet soğan
10 ml. zeytinyağı
6 adet biber turşusu
400 gr. domates
150 gr. çekirdeksiz siyah zeytin
1 demet maydanoz
100 gr. beyaz peynir
250 ml. krema
4 adet yumurta
1 diş sıkılmış sarımsak
Tuz
Karabiber

Hamuru 34 cm. çapında açın, kalıba yerleştirin. Kenarlarını 1 cm. dışanda bırakın. Kabakları dilimleyin. Soğanları küp şeklinde doğrayın ve kabaklarla birlikte zeytinyağında kavurun. Tuz ve karabiberle tatlandırın. Domatesleri 4'e bölüp çekirdeklerini çıkartın, küp şeklinde doğrayın. 4 adet biber turşusunu dilimleyin. Maydanozu ayıklayın, ince ince kıyın. Hazırladığınız malzemeleri zeytinlerle birlikte hamurun üstüne koyun. Diğer tarafta peyniri ve sarımsağı ezin. Krema, yumurta, tuz ve karabiber ile karıştırın. Kişin üstüne döküp hamurun dışarıda kalan kısımlarını malzemenin üstüne kapatın. 200° C'de ısıtılmış fırında 40 dakika pişirin. Biberturşusu ile birlikte servis yapın.

