



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ MAKARNA

Nilüfer Ünsal

Yarım paket makarna

1 adet sakız kabağı

1 adet havuç

1 adet kaypa biber

1 yemek kaşığı sıvı yağ

1 yemek kaşığı soya sosu

Tuz

Sebzelerin kabuklarını soyup jülyen usulü doğrayın ve sıvı yağda yumuşayıncaya kadar pişirin. Soya sosu ekleyip ocağı kapatın.

Makarnayı tuzlu kaynar suya atıp 10-12 dakika haşlayın. Soğuk suya tutup süzün. Hazırlanan sebzeli karışım ile harmanlayıp servis yapın.
