



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ MİLFÖY KIZARTMASI

1/2 demet semizotu
1 adet soğan
2 adet domates
3 diş sarımsak
1 adet patlıcan
4 çorba kaşığı zeytinyağı
4 kare milföy hamuru

Milföy hamurlarını şekilli kesip yağda kızartın. Küp doğranmış patlıcanları ve soğanı üç dakika kavurun, rendelenmiş domatesi ekleyip karıştırın. Kiyılmış semizotlarını da içine ekleyip ocaktan alın ve kızarmış hamurların üzerine dökün.