



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ NODDLE

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

- 2 paket Çin makarnası
- 2 adet kabak
- 1 adet brokoli
- 2 adet havuç
- 2 adet dolmalık biber
- 2 adet kırmızı biber
- 6 adet yeşil soğan
- 2 adet kuru soğan
- 1 adet sarımsak
- 1 paket mısır veya buğday nişastası
- 6 kaşık soya sosu

Derin bir tencerenin içine su doldurup kaynatın. Kaynayan suya 1 tatlı kaşığı tuz ekledikten sonra Çin makarnalarını atıp 7 dakika haşlayın ve süzün.

Kabak, havuç, dolmalık biber, kırmızı biber, yeşil soğanı jülyen şeklinde doğrayın.

Wok tavada (yapışmaz yüzeyli bir tava da kullanabilirsiniz) sıvıyağı kızdırın. Piyaz şeklinde doğranmış kuru soğanı ekleyip kavurun. Temizlenip ince, uzun doğranmış kabak, dolmalık biber, kırmızı biber, yeşil soğanı ve havuçları sarımsakla beraber tavaya ekleyin. 5 dakika daha kavurun. En son olarak da soya sosunu 1 çay kaşığı bal veya şekeri ve kırmızı toz biberi ekleyin. 1 kaşık nişastayı bir fincan suda eritip ilave edin. Birkaç dakika pişirdikten sonra süzölmüş makarnalarla iyice harmanlayın ve sıcak olarak servis edin.

