



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ NOODLE

Malzemeler

500 gr. yumurtalı noodle (haşlanmış)
1/2'şer adet sarı, yeşil ve kırmızı dolmalık biber
1/2 adet kabak
1/4 adet soğan
50 gr. brokoli
1 ActiFry kaşığı zeytinyağı
1/2 ActiFry kaşığı nişasta
2 ActiFry kaşığı soğuk su
1 ActiFry kaşığı soya sosu
1 ActiFry kaşığı oyster sos
1/2 ActiFry kaşığı susam yağı

Biberleri boylamasına ikiye kesip çekirdeklerini temizleyin. Soğanı soyun. Biber, soğan ve kabakları 2 mm. inceliğinde şeritler halinde kesin. Sarımsağı ince ince kıyın. Brokoliyi çiçek çiçek ayırın.

Piştirme haznesine sıvı yağı koyup ActiFry'ı çalıştırın. 2 dakika sonra soğanları ilave edip 5 dakika pişirin. Biber, brokoli, kabak ve sarımsağı ilave edip 5 dakika daha pişirin. Haşlanmış noodle, oyster sos ve soya sosunu ekleyip 2 dakika daha pişirmeye devam edin.

Niştastayı 2 actifry kaşığı soğuk su ile karıştırıp, susam yağı ile birlikte piştirme haznesine ilave edin ve 2 dakika pişirin.

Daha yoğun bir sos tadı almayı tercih ediyorsanız, noodle'ın miktarını azaltabilirsiniz.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 18.04.2024