



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ SAHUR KEKİ

4 adet kabak
1 adet patlıcan
1 adet kırmızı biber
1 adet soğan
2 adet domates
2 yumurta
250 gr. krema
80 gr. rendelenmiş parmesan peyniri
1 yemek kaşığı mısır unu
4 dal kekik
1/2 demet fesleğen
Bir tutam hindistancevizi
3 yemek kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber

180 derecede fırını ısıtın. Tepsi içine yağlı kağıt serin.
1 çorba kaşığı zeytinyağında kabakların kabuğunu soyup doğrayıp, 10 dakika kızartın.
Tuz ve karabiber serpin ateşten alın.
Soğan, biber, patlıcanı da dilimleyin.
Geriye kalan zeytinyağı içinde bunları 5 dk. kızartın. Tuz ekleyin.
Mısır unu, krema, parmesan peyniri rendesi, küçük hindistancevizini bir kapta çırpıp yumurtaları da karıştırın.
Közlenmiş sebzeler, doğranmış kekik ve fesleğeni katın.
Hazırladığımız karışımı yaklaşık 50 dakika fırında kek gibi pişirin.
Yanmaması için üzerini alüminyum folyo ile kapatın.

