



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ SPAGETTİ

250 gram spaghetti
3 su bardağı su
1 tatlı kaşığı susamyağı
2 çorba kaşığı sıvıyağ
2 tatlı kaşığı soya sosu
1 tatlı kaşığı bal
Yarım demet taze soğan
2 adet büyük boy havuç
Tuz

Spagettiyi 3 su bardağı su ile birlikte bir tencereye alın ve suyunu çektilererek pişirin. Daha sonra servis tabağına alın. Ayrı bir kapta susamyağı, 1 çorba kaşığı sıvıyağ, soya sosu ve balı karıştırın. Bu sosu spagettinin üzerine gezdirin. Ayıklanmış taze soğanı incecik kıyın. Rendelenmiş havuç ve taze soğanı 1 çorba kaşığı sıvıyağda 2-3 dakika kavurun. Spagettinin içine katın ve tüm malzemeyi karıştırın. Tuzunu ayarlayın. Ilık olarak servis yapın.

