



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

SEBZELİ VE SOSİSLİ SANDVIÇ

Sarı ve kırmızı biberlerin çekirdeklerini temizleyip küçük küpler şeklinde doğrayın.

Roka yapraklarını yıkayıp süzün. 1 çorba kaşığı zeytinyağını tavada ısıtıp biberleri ile 1-2 dal kıyılmış frenk soğanını soteleyin.

Dilerseniz 1 çay kaşığı kadar köri ekleyip tatlandırabilirsiniz. Karışımı, ocaktan alıp ılınması için bekleyin.

Sosisleri ızgarada ya da mangalda pişirin. Sandviç ekmeklerini de mangalda ya da ızgarada kızartın.

Ekmeklerin içine roka yapraklarını dizin. Üzerine biberli karışımı ve sosisleri yerleştirin. Dilerseniz mayonez sıkıp keyifle yiyin.

