



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK SEBZE TABAĞI

Kabak
Patlıcan
Köy biberi
Kıyık biber
Sarımsak
Acı süs biber
Taze kişniş
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Tüm sebzelerimi aynı ebatlarda doğruyoruz. İyice kuruladıktan sonra vok tavada zeytinyağı ve sarımsak taneleri ile kısa bir çevirelim. Burada önemli nokta köy biberleri hemen pişeceği için en son atmamız gerekiyor. İlk olarak kabak, patlıcan, kıyık biber ve köy biberi olarak ilerleyebilirsiniz. Taze kişniş ile harmanladığımız ev yoğurdu yada süzme yoğurdu güzelce karıştırıp içine soğuk sıkım lezzetli bir zeytinyağı ile taçlandıralım. Sebzelerin üzerine ekleyip servis edebilirsiniz.

