



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSLU IZGARA SEBZELER

3 adet patlıcan
3 adet kabak
3 adet havuç
6 adet dolmalık biber
1 kg kırmızı biber

Patlıcan, kabak ve havuçları uzunlamasına incecik dilimleyin. Dolmalık biberleri ikiye bölün. Izgarada sebzeleri pişirin (yağ koymadan). Ardından küçük doğradığınız sebzeleri kalıplara yerleştirin. Kırmızı biberi fırında yumuşayana kadar pişirip, kabuklarını soyun. Robottan geçirip püre haline getirin. Aşağıdaki tarife göre hazırlayın.

Izgara sebze için sos: 1 diş sarımsağın suyu, 3 çorba kaşığı balsamik sirke, 1 çorba kaşığı tozşeker, 1 tatlı kaşığı tuz ve yarım su bardağı sızma zeytinyağını karıştırın. Bu sosla, kalıplara koyduğunuz sebzeleri iyice ıslatın. Kalan sosu kırmızı bibere ekleyin ve tekrar karıştırın. Sebzeler 1 gün önceden hazırlanabilir. Servis yaparken, kırmızı biberli sosu hafif ılıtın ve sebzelerin üzerine gezdirin.
