



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOSLU SEBZE DİLİMLERİ

3 adet kırmızıbiber
3 adet salatalık
3 diş sarımsak
2 havuç
1 kabak
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet limon
Nane
2 çorba kaşığı elma sirkesi
1 tatlı kaşığı şeker

Sebzeleri aynı incelikte uzun uzun doğrayın. Buharda pişiren mutfak aletiniz varsa içine tüm sebzeleri yerleştirip pişirin. Eğer yoksa tencereye 1 su bardağı su dökün. Üzerine sebzeleri yerleştirip kapağını sıkıca kapatın ve az suda kendi buharıyla 5 dakika pişirin. Hemen buzlu suyu içine alıp diri kalmalarını sağlayın. Sosu için şeker, sirke, yağ ve limon suyunu çırpın içine nane ekleyip kapların dibine dökün. İçine dilimlenmiş sebzeleri ve salatalıkları dizip yaz sofralarında ikram edin.