



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOYA SOSLU BOHÇA BÖREK

2 yufka
1 kabak
1 havuç
20 taze fasulye
1 demet taze soğan
2 yemek kaşığı soya sosu

Kabağı yıkayıp incecik şeritler halinde (3 santim uzunluğunda) doğrayın.

Fasulyelerin kılçıklarını temizleyin, havucun kabuklarını soyup aynı şekilde doğrayın.

Sebzeleri kaynar suya atıp diri kıvamda haşlayın ve süzün. Vok tavaşında ya da teflon bir tavada sebzeleri soya sosu ile soteleyin. Sosu iyice çekinceye kadar sürekli karıştırarak sotelemeye devam edin. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın.

Yufkalarından 10'ar santimlik kareler kesin. Her birinin ortasına soyalı karışımdan birer tatlı kaşığı kadar paylaşın. Yufkaları dört bir kenarından tutarak bohça şekli verin. Taze soğanların yeşil kısımlarıyla özenle bağlayıp yağlanmış fırın tepsisine aralıklı olarak dizin.

Önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında 20 dakika pişirin. Servis yapın.



Fotoğraf "istatistik" tarafından gönderildi. 12.08.2017