



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAZ SEBZELİ KEPEKLİ PİZZA

200 gr kepekli un
100 gr saf kepek
1 gr maya
2 kaşık margarin
1 çay kaşığı esmer şeker
1 çimdik Tuz
Yarım çay bardağı süt
Yarım çay bardağı su
1 adet domates
2 yaprak taze fesleğen
1 tutam kekik
yeterince Karabiber Tuz
Yarım çay kaşığı esmer şeker
100 gr light beyaz peynir
100 gr mozerella peyniri
1 diş sarımsak
1 büyük boy kabak
1 adet patlıcan
2 adet kırmızı büyük boy biber
2 adet yeşil büyük boy biber
50 gr ıspanak
100 gr brokoli

Öncelikle yıkayıp şeritler halinde soyduğumuz ve dilimlediğimiz sebzeleri ızgarada yada teflon tavada pişirip bir kenara alıyoruz.

Tüm hamur malzemelerini bir arada karıştırıp kulak memesi kıvamına gelene kadar yoğuruyoruz.

Yoğurduğumuz hamuru açmak için saf kepek kullanıyoruz. Hazırladığımız hamurun üzerini örtüp 2 saat kadar beklemeye bırakıyoruz.

Sos için, soyduğumuz domatesi, kekik ve fesleğeni, sarımsağı, çok az tuz ve karabiberi, şekerle birleştirip blender kullanarak iyice püre haline getiriyoruz. Beklemiş ve açılmış hamurumuzun üzerine sırası ile sosumuzu yayıyoruz. Ardından küp küp doğradığımız peynirleri harmanlayıp sosun üzerine eşit miktarda dağıtıyoruz.

En üste ızgara yaptığımız sebzeleri dizip 25-30 dk 190 derece fırında pişmeye bırakıyoruz. Tercihen piştikten sonra süslemek için roka yaprağı ve taze nane kullanabilirsiniz.



