



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞINDA KONSERVE

Sebzeleri (Biber, küçük patlıcan, enginar göbeği vs.) 5 dakika suda haşlayıp, küçük kavanozlarda üstüne kadar zeytinyağı koyup, ağzını sıkıca kapatıp, gölge bir yerde uzun zaman saklayabilirsiniz. Aynı şekilde çeşitli koyun ve keçi sütünden yapılmış peynirleri küçük parçalara bölüp, zeytinyağına defne, kekik, biberiye, pul kırmızı biber, tane karabiber ilave edip, peynirlerin üstüne dökerek muhafaza edebilirsiniz. Haşlanmış siyah zeytin, mantar, dilimlenmiş limonları da bu metodla saklayabilirsiniz. Kullandığınız zeytinyağı atılmaz, salatalarda kullanılabilir.

Not: Bu konserve metodu bütün Akdeniz'e kıyısı olan ülkelerde kullanılmaktadır.
