



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BİBER SOTE

Malzemeler:

2 adet dolmalık kırmızıbiber
2 adet çarliston biber
2 adet sivri biber
1 adet kabak
2-3 diş sarımsak
4-5 adet taze soğan
3 adet domates
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı soya sosu
Yeteri kadar tuz

Hazırlanışı:

Kırmızıbiber ve çarliston biberleri közleyin. Kabuklarını soyarak ince şeritler halinde kesin. Sivri biberleri halka halka doğrayın. Soğanları 1 santim uzunluğunda kesin. Kabağı yıkayıp temizleyin. Kibrit çöpü büyüklüğünde ince ince doğrayın. Domatesleri küp küp kesin. Sarımsakları soyup ezin. Tavadaki zeytinyağını ısıtıp sarımsağı kavurun. Kabağı ekleyip karıştırarak soteleyin. Biber, domates ve taze soğanı ilave edip 5 dakika daha soteleyin. Soya sosu ve tuzu ekleyip 1-2 dakika sonra ateşten alın. Soğuyunca servise sunun.