



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI BROKOLİ

500 gr brokoli  
2 adet havuç  
1 adet soğan  
3 diş sarımsak  
2 adet domates  
1 çay bardağı riviera zeytinyağı  
1 tatlı kaşığı toz şeker  
1 su bardağı kaynar su  
1'er çay kaşığı tuz karabiber  
2 çorba kaşığı sızma zeytinyağı

Soğanı soyun. Havucun kabuğunu kazıyın. İkisini de ince halkalar halinde dilimleyin. Brokoliyi çiçek çiçek ayırın. Domatesleri soyup çekirdekli kısımlarını ayırın ve küçük küçük doğrayın. Sarımsakları soyup kıyın. Zeytinyağını tencerede ısıtıp kıyılmış sarımsak, soğan halkaları ve havuç dilimlerini ilave edin. Üzerine 1 tatlı kaşığı tozşeker serpip doğranmış domatesi yayın. Tuz, karabiber serpip brokolileri yerleştirin. Üzerine 1 su bardağı kaynar su ilave edip kapağı kapalı olarak pişmeye bırakın. İlininca servis yapmadan önce üzerine 1-2 kaşık sızma zeytinyağı gezdirin. Ilık veya soğuk servis yapın.