



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ZEYTİNYAĞLI SEBZE TABAĞI

2 kabak  
2 kırmızı dolmalık biber  
3 yeşilbiber  
2 soğan  
3 diş sarımsak  
1 çay kaşığı şeker  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 çay bardağı bezelye

Sebzeleri öncelikle çok iyi yıkamak gerekiyor çünkü kabuklarıyla birlikte pişireceğimiz için bu önemli. Kabak ve kırmızı dolmalık biberi irice doğrayın. Tavada öncelikle zeytinyağı ve sarımsağı 3 dakika kadar kavurup üzerine halka şeklinde doğranmış soğanı ekleyip karıştırın. Dolmalık biberleri ve yeşilbiberi kabaklarla birlikte içine ilave edip karıştırın. Şekeri ve baharatlarla tatlandırıp hiç su koymadan kapağını kapatıp 15 dakika daha pişmeye bırakın. Yanında makarna ya da etle servis yapılabilir. Bulgur pilavı ve cacıkla çok güzel bir mönü oluşturuyor.