



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI SEBZE TABAĞI

- 1 küçük karnabahar
- 2 havuç
- 1 adet kabak
- Maydanoz
- 1 limon
- 3 adet taze soğan
- 2 adet kırmızı közlenmiş biber
- 200 gram brokoli
- 1 çay bardağı zeytinyağı

Sebzeleri iyice yıkayıp kaynayan tuzlu suyun içinde 10 dakika kadar haşlayıp süzün. Diğer taraftan da zeytinyağında taze soğanı doğrayıp 3 dakika sote edin. daha sonra haşlanmış sebzeleri de doğrayıp içine ekleyip karıştırın ve 5 dakika daha sote edip servis tabağına alıp ikram edin. İstenirse içine prasadada taze soğanla kavurup ekleyebilirsiniz.
