



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI SEBZELİ ENGİNAR

Malzeme:

4 adet enginar
1 adet kırmızı dolmalık biber
1 adet sarı dolmalık biber
1 adet patlıcan
2 adet kabak
1 adet havuç
taze fesleğen
4 tatlı kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Temizlenmiş enginarları 20 dakika kaynatın. Biberlerin saplarını kesip, patlıcan, kabak ve havucun kabuklarını soyun. Sebzeleri küp şeklinde doğrayın. Tavada zeytinyağını ısıtıp önce havuçları, sonra diğer sebzeleri kavurun. İsteğe göre tuz, karabiber ve fesleğen ilave edip tatlandırın. Ocaktan alın. Enginarları servis tabağına yayın, sebzeleri enginarların üzerlerine paylaşın. Servis yapın.