

Μπιριάμ άλαδο

/ Ε



Απολάυστε την

άλαδη εκδοχή του αγαπημένου καλοκαιρινού πιάτου με φρέσκα λαχανικά εποχής. Γευστικότητα επιλογή για την νηστεία και όχι μόνο!

Υλικά

- 2-3 μέτριες μελιτζάνες
- 4 κολοκυθάκια μέτρια
- 3 πατάτες
- 2 κρεμμύδια σε φέτες
- 4 καρότα σε μπαστουνάκια
- 1 ματσάκι μαϊντανό ή δυόσμο ή βασιλικό ανάλογα τί προτιμάτε
- 3 ντομάτες σε κυβάκια
- 1 κουταλάκι μέλι
- 2 κουταλιές ταχίνι
- 2 κουταλιές κουάκερ
- αλάτι κατά βούληση ([περισσότερα...](#))