



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

B BERL  MANTAR KAVURMASI



Yarım kg mantar
1 adet kırmızı k z biberi
2 diř sarımsak
1  orba kaşığı tereyağı
1  ay kaşığı şeker
1  ay kaşığı kekik
2  ay kaşığı tuz
 zeri için:
Yarım su bardağı rendelenmiş taze kaşar

- # Tereyağı tavaya konur. Eriyince ince kıyılmış kırmızı biber ve sarımsak atılır. Biber gevşeyene kadar kavrulur.
- #  zerine arzu edilen biçimde doğranmış mantar atılır. Hızlı ateşte suyunu bırakana kadar pişirilir.
- #  zerine řeker, tuz ve kekik eklenir. 5-6 dakika daha kavrulur.
- # Ateřten alır almaz rendelenmiř kařar serpilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Bu tarif et yemeklerinin yanında garnitür olarak da hazırlanabilir.