



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

HAVUÇ M CVERİ



4 adet orta boy havuç
2 adet yumurta
1 adet kuru soğan
15-20 dak maydanoz
1 su bardağı un
1  ay kaşığı karbonat
Yarım tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartmak için:
1,5 su bardağı sıvıyağ

- # Soğan çok ince doğranır, tuz atılır ve canlılığını kaybedene kadar ovulur.
- #  zerine iri rendelenmiş havuç, ince kıyılmış maydanoz, yumurta ve karabiber eklenir, kısa süre karıştırılır.
- # Sonra unun yarısı ve karbonat ilave edilir. Karıştırılır, harcın durumuna göre kalan un katılır.
- # M cver harcı 10 dakika kadar dinlenmeye bırakılır.
- # Süre sonunda tavaya yağ konur, ısıtılır. Kaşıkla m cver harcından konur. Bir yüzü kızarınc  diğer yüzü çevrilir.
- # Ilık olarak servise sunulur.

Not: Havuç m cveri çay saati ikramı olabileceği gibi sarımsaklı yoğurt eşliğinde de sofraya getirilebilir.