



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAVUÇ RENDESİ KIZARTMA

Malzeme 5 orta boy havuç, 3 yemek kaşığı zeytinyağı, 2 çay kaşığı toz şeker, 200 gram yoğurt, 3 diş sarımsak, 1 çay kaşığı pul biber

Yapılışı Havuçların kabuklarını kazıyın, kalın olarak rendeleyin. Zeytinyağını yapışmaz bir tavaya koyarak kızdırın. Havuçları tavaya atın, yumuşayıp, saldığı su kızdırın. Havuçları tavaya atın, yumuşayıp, saldığ kadar tahta kaşıkla çevirerek pişirin. İndirmeye yakın toz şekerini serpin, karıştırın, ocaktan alın. Sarmısaklatı biraz tuzla ezin, yoğurda katın. Havuçlar soğumadan sarımsaklı yoğurdu ekleyin, karıştırın, servis tabağına alın. Üzerine pul biber serpin, maydanozla süsleyip sofraya getirin. Kavururken toz şeker katıldığında havuçlar parlak ve saydam bir görünürler ve kokusu giderek artar. Bu durumda ya daha az miktarda sarımsak konmalı ya da bu ezme servis yapmadan kısa bir süre önce hazırlanmalıdır
