



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KALAMAR SOSLU SPAGETTI (İTALYA)

4 kişilik
150 gram kalamar
40 gram tereyağı
1 adet soğan
4 diş sarımsak
1 adet kırmızı dolmalık biber
1 çay bardağı krema
Tuz
Karabiber
Yarım çay bardağı soya sosu
1 paket spagetti
60 gram parmesan peynir

Kalamarı yuvarlak dilimler halinde kesip, yumuşayana dek 1 çorba kaşığı tozşekerle ovun ve haşlayın. Halka kesilmiş soğan ve ezilmiş sarımsakları tereyağında kavurun. Üzerine haşlanmış kalamarları ve yuvarlak doğranmış dolma biberleri ilave edip soteleyin. Krema, tuz, karabiber ve soya sosu katıp karıştırın. Al-dante (orta dirilikte) haşlanmış spagetti makarnasına ilave edin. Rendelenmiş parmesan peyniri ile servis yapın.