



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AHTAPOT YAHNİ

İstanbul Büyükşehir Belediyesi

1,5 kg ahtapot
2-3 adet domates (kabukları soyulup doğranmış)
3 adet soğan (doğranmış)
3-4 adet sivri veya çarliston biber (doğranmış)
1 yemek kaşığı salça
1 kahve fincanı zeytinyağı
1-2 adet defne yaprağı
2-3 diş sarımsak (doğranmış)
Tuz
Karabiber

Hazırlanan, dövülüp yoğrularak yumuşatılan ahtapot düdüklü tencerede yarım saat yumuşayınca kadar haşlandıktan sonra derisi soyulup atılır ufak parçalar halinde doğranır. (haşlama sonrası bir yere asılarak soğutulması sertleşmesine engel olur).

Soğanı pembeleşene kadar zeytinyağında kavurup biberler, daha sonra domatesler, salça, ahtapot, sarımsak, tuz, karabiber eklenir. Bir bardak kadar sıcak su ilave edilerek pişirilir, indirmeye yakın defne yaprağı atılabilir.

