



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BAHARATLI MANTAR PANE

10 adet mantar
1 diş sarmsak
2 orba kaşığı un
Tuz
Karabiber
1 adet yumurta
4 orba kaşığı galeta unu
Kızartmalık yağ

Mantarları köklerinden kesin.Sarmsağı dövüp baharatlarla karıştırıp mantarlara ovuşturun.Önce un sonra yumurtaya bulayın.n sonda galeta ununa bulayıp altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın.