



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEĞENDİLİ SÜBYE (AYVALIK BALIKESİR)

<https://www.acunn.com>

Sübye kalamar
Tereyağı
Sarımsak
Kırmızı kapy biber
Köy biberi
Değirmen karabiber
İspir
Beğendi için:
2 adet bostan patlıcan
100 Gr tereyağı
50 Gr un
250 ml süt
1 tutam tuz
100 Gr rende eski kaşar
1 tutam rende muskat

Sübyeleri haşla, kendi suyundan kenarı biraz ayır.

Bir tavada tereyağını erit.

Kırmızı kapy biber, köy biberi ve sarımsağı sotele.

Tuz karabiber ekle.

İspir ekle.

Sübyeleri ekle.

Kenarı ayırdığımız suyunu ekle ve çekene kadar pişir.

Beğendi için, tencerede tereyağını eritin, unu ekleyip ağır ateşte altın rengine dönene kadar karıştırın ve ateşten alın.

Patlıcanları kürdan ile delin ve direk ateş üzerinde pişirin.

Dışı iyice pişen patlıcanları alıp bıçakla kabuklarından ve sapından ayırıp tenceredeki unlu karışıma atın.

Tencereyi tekrar ağır ateş üzerine alın, karışımı ezerek hepsini birbirine iyice yedirin, kaşarları ekleyin.

Tuzu rende muskatı ve ılık sütü ekleyip ateşten alın karıştırıp kenarda patlıcanın sütü çekmesi için dinlenmeye bırakın.

Toprak bir kabın altına beğendiği yayın üzerine pişirdiğiniz sübye kalamarları koyup servis edebilirsiniz.