



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİKOLATALI MİLFÖY

Yarım su bardağı Çotanak Fındık Yağı

15 adet arpacık soğan

2 adet havuç

3 adet kırmızı biber

1 kg taze mantar

2 adet kabak

10 adet kiraz domates

4 diş sarımsak

2 adet kesme şeker

Tuz

Kekik

Üzerine:

Yarım demet maydanoz

Çotanak Fındık Yağı'nda, ayıklanmış arpacık soğanları ve halka şeklinde doğranmış havuçları pembeleşene kadar kavurun. ince kıyılmış kırmızı biberleri ilave edin. Mantarları, küp doğranmış kabakları ve tuzu katın. Sebzeler suyunu çekene kadar pişirin. Kiraz domates, ince kıyılmış sarımsak, kesme şeker ve kekik ilave edip 1-2 defa çevirdikten sonra ocağın altını kapatın. Mantar soteyi servis tabağına alın. Üzerini ince kıyılmış maydanoz ile süsleyip, sıcak olarak servis yapın.

