



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇINTAR KAVURMASI (MUĞLA)

1 kilogram çintar mantarı

1 su bardağı zeytinyağı

Sos için:

2 yemek kaşığı nar ekşisi

4 diş sarımsak

Yarım yemek kaşığı toz kırmızı biber

Çıntarları, fazla ezmemeye dikkat ederek bol suda yıkayın.

Suyunu süzdüğünüz mantarları büyük parçalar halinde doğrayın.

Kızartma tavasında ısıttığınız yağda alt üst ederek kızartın.

Kavurduğunuz çıntarları bir tabağa alın.

Ayrı bir kaptaki sarımsakları ezin.

Sarımsakların üzerine nar ekşisi ve toz kırmızı biber ilave edin.

Hazırladığınız sosu, kızartılan çıntarları servis ederken üzerine dökün.

