



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ÇÖPTE KALAMAR

4 kişilik  
2 adet kalamar  
2 çorba kaşığı tereyağı  
Maydanoz  
Tuz

Temizlediğiniz ve bol su ile yıkadığınız kalamarları fazla kalın olmayan şeritler halinde kesin. Rulo şeklinde sararak, şişe takın. Orta ısı bir ızgarada, arada bir çevirerek, pişirin. Izgaradan aldıktan sonra üzerine küçük parçalar halinde kestiğiniz tereyağını koyun. Tereyağı parçalan kalamarın üzerinde eridikten sonra, maydanoz yaprakları ve tarator sos ile birlikte servis yapın.