



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SPORCU TABAĞI

Elif Korkmazel

- 10 adet pirzola
- 6 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı acı pul biber
- 1 limon suyu
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- Tuz
- Karabiber
- 1 paket spaghetti
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 1 çorba kaşığı çiğ krema
- 1 çorba kaşığı acı biber salçası

Pirzoları derin bir kabın içine yerleştirin. Üzerine limon suyu, ezilmiş sarımsakları ve baharatları ekleyip elinizle iyice yoğurun. Etler sarımsağı içine iyice çekmeli, bu şekilde 1 saat bekletebilirsiniz. Pişirileceği zaman içine zeytinyağını da döküp tavada iki yüzünü de pişirin. Makarnaları tuzlu kaynayan suda 15 dakika haşlayıp süzün. Üzerine salça, tuz ve karabiberi serpip tatlandırın. Haşlanan makarnaları da ekleyip karıştırın. Ocaktan almadan önce içine çiğ kremayı ilave edip karıştırın. Pirzoları servis yaparken yanında makarnayla ikram edin.