



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE KALAMAR DOLMASI

- 2-3 adet tüp kalamar
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1-2 diş sarımsak
- 1 adet domates
- 2 adet yeşil biber
- Tuz
- 2 yemek kaşığı kaşar peyniri (rendelenmiş)
- Güveç için:
- 2 yemek kaşığı soya sosu
- 1-2 diş sarımsak
- 2 adet kültür mantarı
- 1 adet yeşil biber
- 1 yemek kaşığı tereyağı

Öncelikle kalamarın iç organlarını çıkarmalısınız. Bunun için iç organları kuyruk yerinden çekip çıkarın. Deriyi de aynı şekilde uçtan tutup çekin. Orta kısımda bulunan kemiği de çıkardıktan sonra kalamarı bol suya tutun. Kalamarın zar tabakasını almak için bıçağın tersi ile üstünden bir defa geçin. Domatesleri ve biberleri doğrayın. Sarımsakları doğrayın ve zeytinyağında soteleyin. Domates ve biberi de üstüne aktarıp sotelemeye devam edin. İç harcı ocaktan alın. Tuzunu ekleyin. Bir süre sonra kaşar peynirini de ilave edin. Harcı kalamarın içinde doldurun. Uç kısımlarını kürdanla kapatın. Dolmaları kızgın yağda dört-beş dakika kadar pişirin. Ardından güveç kabına aktarın. Yeşil biberi, sarımsağı, kültür mantarını doğrayın. Soya sosu ve tereyağı ile karıştırıp, güveç kabına boşaltın. Kalamar dolmasını fırında on beş dakika kadar pişirin.

