HARDALLI TÜRLÜ (MİKRODALGA)

1 kabak (kazınıp, boylamasına 2'ye kesildikten sonra, yarım parçalar da boylamasına 2'ye kesilip, yaklaşık 5 mm kalınlığında doğranmış)
1 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
30 g (2 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı (küçük parçalar halinde kesilmiş)
2 havuç (kazınıp, yaklaşık 5 mm kalınlığında doğranmış)
1 soğan (ince doğranmış)
1 çorba kaşığı hardal
1 marul (yaprakları ayrılıp, iri parçalar halinde doğranmış)
1/2 tatlı kaşığı kekik
bir tutam tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
125 g sultani bezelye (kılçıkları ayıklanıp, her biri enlemesine 2'ye kesilmiş)

Kabak dilimlerini büyük bir çorba kâsesine koyup, üstlerine limon suyunu serperek, altüst ettikten sonra bir kenara bırakın.
Tereyağını ateşe dayanıklı bir tencereye koyup, tencereyi % 100 ısıtılmış fırına vererek, yağı eritin (yaklaşık 1 dakika). Havuçlar, soğanlar ve hardalı katıp, % 100 ısıtılmış fırında 1 dakika pişirin. Sonra karıştırıp, 1 dakika daha pişirin.
Marul parçaları, kekik, tuz ve karabiberi ekleyip, iyice karıştırdıktan sonra, % 100 ısıtılmış fırında 30 saniye pişirin. Sonra karıştırıp, 30 saniye daha pişirin. Kâsedeki limona bulanmış kabak dilimlerini, kâsenin dibinde kalan limon suyunu ve bezelyeleri katıp, % 100 ısıtılmışfırında 1,5 dakika pişirin. Sonra karıştırıp, 1,5 dakika daha pişirin. Tencereyi fırından alıp, türlüyü bir kez daha karıştırarak, tencerenin kapağını kapatın ve bir kenarda 3 dakika bekletin. Sonra türlüyü, 6 çorba tabağına bölüştürüp, bekletmeden servis yapın.

© lezzetler.com tarif no:30360 • adı:Hardallı Türlü (mikrodalga) • gönderen:O'kadın • indirme tarihi:02.06.2024 - 14:56