



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KOLAY MANTAR IZGARA

1 kişilik  
10 adet mantar  
Biraz tuz  
Biraz karabiber

Mantarların köklerini kesin. Tuz ve karabiberle oarak tatlandırdıktan sonra ızgarada suyunu hafif salana dek pişirin.

Not: Mantar ızgarayı garnitür olarak da kullanabilirsiniz.

---