



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KÖZ KAPYA VE CHİLİ BİBERLİ ATOM

<https://www.sek.com.tr>

5 yemek kaşığı tepeleme SEK Quark Sade (150 g)

1 adet kapyalı biber

2 adet chili biber

2 diş sarımsak

1 yemek kaşığı SEK Tereyağı

2 dal frenk soğanı

Kapyalı biberi közleyin, kabuğunu soyun ve küp küp dilimleyin. Chili biberleri halka halka dilimleyin. Mezenizi az acı istiyorsanız çekirdeklerini çıkarın. Chili biberleri tereyağı ile tereyağını yakmadan kısık ateşte sote edin. SEK Quark Sade'yi, püre haline getirdiğiniz sarımsakları, tereyağlı chili biberi ve köz biberi karıştırın. Mezeyi frenk soğanı ile süsleyin. Dilerseniz üçgen şeklinde kesip fırında kızarttığınız tortilla parçaları ile birlikte servis edebilirsiniz.

