



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LUTENİTSA

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

- 5 adet kırmızı kapa biber
- 3 adet patlıcan
- 4 adet domates
- 2 adet havuç
- 2 adet kuru soğan
- 3-4 diş sarımsak
- 1/2 su bardağı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı sirke
- 1 yemek kaşığı toz şeker
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı pul biber (isteğe bağlı)

Fırını önceden 200 dereceye ısıtın.

Kırmızı kapa biberleri ve patlıcanları yıkayıp kurulaşın.

Fırın tepsisine yerleştirep üzerlerine hafifçe zeytinyağı sürün.

Sebzeleri fırında yaklaşık 30-40 dakika közleyin. Ara sıra çevirerek her tarafının eşit şekilde közlenmesini sağlayın.

Közlenen sebzeleri fırından çıkarıp bir kaba alın ve üzerini streç filmle kapatın. Bu, sebzelerin kabuklarını daha kolay soymanızı sağlayacaktır.

Közlenmiş biberlerin ve patlıcanların kabuklarını soyun, çekirdeklerini çıkarın.

Domatesleri kaynar suya batırıp çıkararak kabuklarını soyun ve doğrayın.

Havuçları soyup rendeleyin.

Kuru soğanları ve sarımsakları doğrayın.

Büyük bir tencerede zeytinyağını ısıtın.

Doğranmış soğanları ve sarımsakları ekleyip pembeleşene kadar kavurun.

Rendelenmiş havuçları ekleyip birkaç dakika daha kavurun.

Soyulmuş ve doğranmış domatesleri ekleyin, karıştırarak pişirin.

Közlenmiş ve doğranmış biberleri ve patlıcanları tencereye ekleyin.

Sirke, toz şeker, tuz, karabiber ve pul biberi ilave edin.

Karışımı kısık ateşte yaklaşık 1-1.5 saat pişirin. Ara sıra karıştırarak, karışımın dibinin tutmamasını sağlayın ve sos kıvamına gelene kadar pişirin.

Pişen karışımı bir el blenderi veya mutfak robotu ile püre haline getirin.

Homojen bir kıvam elde edene kadar karıştırın.

Lutenitsa'yı kavanozlara doldurun ve soğumaya bırakın.

Soğuduktan sonra buzdolabında saklayabilirsiniz. Lutenitsa, buzdolabında birkaç hafta boyunca tazeliğini koruyacaktır.

Not: Lutenitsa'nın lezzetini arttırmak için közlenmiş sebzelerin iyice pişirilmesine dikkat edin. Közleme işlemi, sebzelerin kabuklarını daha kolay soyabilmenizi ve lezzetlerinin yoğunlaşmasını sağlar. Karışımı pişirirken sık sık karıştırmayı unutmayın, böylece sosunuzun dibinin tutmasını engellersiniz.



© lezzetler.com tarif no:178723 • adi:Lutenitsa • gönderen:Gül • indirme tarihi:05.04.2025 - 16:50