



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

## IZGARA MANTAR

500 gr büyük mantar (yıkayıp kurulanmış ve sapları ayıklanmış)

60 gr (4 çorba kaşığı) + 1 tatlı kaşığı tereyağı (eritilmiş)

1 çay kaşığı tuz

1 kahve kaşığı karabiber

30-60 gr (2-4 çorba kaşığı) sarımsaklı tereyağı

Önce ızgaranızı orta sıcaklıkta kızdırınız. Ateşe dayanıklı bir cam kabı 1 tatlı kaşığı yağla hafifçe yağlayınız.

Mantarları, çukur kısımları üstü gelecek biçimde tepsiye dizip, hamur fırçasıyla üstlerine 2 çorba kaşığı tereyağı sürünüz. Üstlerine tuz ve biber serpiniz.

Tepsiyi ızgaraya sokup 5 dakika pişirdikten sonra, mantarları çevirip, üstlerine kalan 2 çorba kaşığı eritilmiş yağı sürdükten sonra 5 dakika daha, mantarlar yumuşak ve hafif pembe olana kadar pişiriniz.

Tepsiyi ızgaradan çıkarıp, her mantarın içini yaklaşık 1 çay kaşığı sarımsaklı tereyağıyla doldurunuz.

Tepsiyi yeniden ızgaraya sokup 1-2 dakika, yağ eriyene kadar pişirerek servis ediniz.

Not: Sarımsaklı yağla doldurulmuş ızgara mantarlar, sebzelerle yada kızarmış ekmeğin üstünde ordövr olarak servis edilir.