



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTAR KAVURMA

3 yemek kaşığı zeytinyağı
1 orta boy soğan
1 adet kırmızı kapya biber
1 adet sarı kapya biber
2 adet yeşil biber
500 gram mantar
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım demet maydanoz

Bir tavaya aldığınız yağı öncelikle küçük doğradığınız soğanlarla kavurmaya başlayın.

Ardından istediğiniz formda doğradığınız renkli biberleri ekleyin ve birlikte 3-4 dakika kadar kavurmaya devam edin.

Jülyen doğradığınız mantarları da ekleyin ve kısık ateşte 15-20 dakika kadar kavurun.

Baharatları ve tuzunu da ekledikten sonra altını kapatmadan önce ince doğradığınız maydanozları da ekleyin ve altını kapatın.

Sıcak olarak servis edebilirsiniz.

Not: Mantar seçiminde istediğiniz bir türü tercih edebilirsiniz.

