



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI PALAMUT

2 adet palamut
100 gram mantar
2 orba kaşığı tereyağı
1 orba kaşığı un
1 su bardaęı süt
Yarım soęan
200 gram ıspanak
2 adet domates
4 orba kaşığı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
Kri

Mantarları ince ince kıyıp tereyağında 4 dakika kavurun. Daha sonra içine rendelenmiş soğanı ekleyip birlikte kavurun. Unu, sütü karıştırıp içine ilave edip karıştırın. Koyulařmaya başlayacak. Bu arada dilimlenmiş palamutları da yağın içinde iki yüzünü 2 dakika kadar pişin. Bir fırın kabına dilimlenmiş domatesleri, irice doğranmiş ıspanak yapraklarını az pişirilmif palamut ve üzerine mantarlı karışımı koyup 200 derecedeki fırında 20 dakika kadar pişirip ikram edin.

