



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SOSLU KALAMAR

Malzeme:

300 gram kalamar

2 adet domates

1-2 adet kereviz sapı

1 adet küçük boy soğan

1 adet havuç

2 diş sarımsak

3 çorba kaşığı Altın Hasat Riviera Zeytinyağı

1 çorba kaşığı Teremyağ

Bir kaç yaprak kurutulmuş domates

Soğanı ve kereviz sapını ince ince doğrayın. Sarımsakları ve havucu rendeleyin. Geniş bir tavada zeytinyağını ısıtın. Soğan, sarımsak, kereviz ve rendelenmiş domatesleri sos kıvamı alıncaya kadar karıştırarak pişirin. Önceden marine edilmiş kalamarları Teremyağ'da pişirip servis tabağına alın. Kurutulmuş domatesleri kalamarların üzerine ilave edin. Son olarak sosu ekleyerek servis yapın.

---