



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOTE KUŞKONMAZ GARNİTÜRÜ

1 kilo kuşkonmaz (2 baş)

3 çorba kaşığı tepeleme yağ

- 1) Kuşkonmazları teker teker alıp 2 santim çiçekli kısmına dokunmadan kabak soyar gibi güvecin üzerine dikkatlice soyunuz. Bol suya atıp kırmadan 3 defa yıkayınız.
- 2) Sonra baş taraflarını aynı yönde ve aynı hizada olmak üzere ovucunuzun içinde bir demet yapınız. Sıktıktan sonra sicimle 2-3 yerinden parçalamadan bağlayınız. Dip taraflarını 2 santim kesin.
- 3) Bol kaynar tuzlu suya, bağladığınız kuşkonmazları atıp ilk taze olduğu zaman 8-10 dakika, sonraları ise 12-15 dakika haşlayınız.
- 4) Üzerine temiz bir bez kapatınız. Yalnız devamlı sapını hafif sıkarak pişip pişmediğini kontrol ediniz. Sicimlerinden bir çatalla tutup, kuşkonmazları kırmadan çıkarınız.
- 5) Sicimlerini çıkardığınız kuşkonmazların 6 santimlik baş kısımlarını kesip sıcakken tereyağı içinde çeviriniz. Bir servis tabağına koyup servis yapınız.

Not: Kuşkonmazın artan kısımlarını atmayınız ayrıca servis yapınız.