



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TARATOR SOSLU KALAMAR

1 kişilik
200 gram kalamar
1 adet limon
1 çay kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı şeker
Bir tutam karbonat
Tarator sos için:
Yarım çay bardağı limon suyu
1 çorba kaşığı sirke
1 çorba kaşığı zeytinyağı
2 diş sarımsak
Yarım çay kaşığı tuz
1 dilim ekmek içi

Ön hazırlık olarak kalamarı temizleyin. Kalamarı, kızartmadan bir gün önce limon suyu, şeker, tuz ve bir tutam karbonattan hazırlanan sosun içinde bekletin. Daha sonra zeytinyağında 5 dakika pişirin. Tarator sos için: Ekmek içini ufalayın. Üzerine limon suyunu, sirkeyi, zeytinyağını, rendelenmiş sarımsağı ve tuzu ilave edin. Hepsini özleşene dek karıştırın. Sosu kalamarların yanında servis yapın.