



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UYKULUK TAVA

- 2 adet süt danası uykuluęu
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 fincan sirke
- Sosu için:
- 1 yemek kaşığı un
- 3 yemek kaşığı tereyağı
- 1 adet domates
- 2-3 tatlı kaşığı sirke
- 1-2 dię sarımsak
- 1 tatlı kaşığı kuru nane

Süt danası uykuluğunu sirkeli su ile iyice yıkayın.

Bir tencereye su koyun, içine tuz ilave edin ve uykulukları kaynayan suya atarak 10 dakika haşlayın.

Haşlanan uykulukları sudan çıkararak sularını süzdürün, iri iri doğrayın ve bir kenara alın.

Domateslerin kabuklarını soyun ve küp küp doğrayın. Tereyağını bir tavada eritin ve uykulukları yağda 10 dakika kadar çevirin.

Sotelenen uykulukları bir tabağa alın.

Ayrı bir tava kullanarak yağı ve unu kavurun, sirkeyi ilave edin domatesleri içine ekleyin ve biraz çevirin.

Bu sosu tabakta bekleyen uykulukların üzerinde gezdirin ve kuru nane ile süsleyerek servis edin.

