

Ispanakli Yogurtlu Mantar

Malzemeler

1 paket mantar (400 gr)
500 gr ispanak
4 kasik zeytinyagi
750 gr yogurt (azaltip, arttirabilirsiniz)
1 dis sarimsak
Tuz

Yapilisi

Mantarlar yikanir, resimde goruldugu gibi buyuk buyuk dogranir. Tava atese alinir, isininca yag eklenir. Mantarlar sicak tavaya atilir. Sulandirmadan harli ateste sotelenir. Kevgir yardimiyla yagi suzulerek cikarilir. Tencereye ispanaklar alinir. Ayni sekilde harli ateste kavrulur. Sotelenen sebzeler sogutulur. Ezilmis sarimsak yogurt ve tuzla karistirilir ve ispanakli yogurtlu mantar hazir isterseniz suslemek icinde kozlenmis kirmizi biber maydonoz kullanabilirsiniz
ellerimize saglik:)