

# Muğla Çiğnta Kavurması

Toplam 22 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 12 dk

3 kişilik

Kolay

~112 kcal

Açılış 4/10

Muğla çiğnta kavurması sonbahar mantarları sarımsak ve zeytinyağıyla kısa sürede öne çıkan Ege'nin ürün odaklı en yalıtımlı ve lezzetli biridir.

## Malzemeler

- 500 gr Çiğnta mantarları
- 2 diş Sarımsak
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.5 çay kaşığı Tuz
- 0.5 adet Limon

## Yapılışı

1. Çiğnta mantarları fırınca temizleyip iri parçalara ayırın.
2. Zeytinyağında sarımsağı 1 dakika kokusu çıkana kadar çevirin.
3. Mantarları tavaya ekleyip yayarak yerleştirin.
4. Kavurmayı 10 dakika suyunu çekip kızarana kadar pişirin.
5. Tuz ve limonu ocaktan sonra ekleyin, mantar sulanmasını diye.

### PÜF NOKTASI

Mantarları tavaya tek sıralı şekilde almak suyunu salmasını önler.

### SERVIS ÖNERİSİ

Üzerine limon sıkarak servis edin.