

Muğla Sündürme

Toplam 20 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 10 dk

4 kişilik

Kolay

~280 kcal

Açılış 6/10

Muğla sündürme, turp otu, soğan ve nar ekşisinin tavada hafif kavuşturulduğu Ege yöresel ara sınıftır. Turp otunun tavada sünmesinden gelir.

Malzemeler

- 25 gr Tereyağ
- 0.5 çay kaşığı Pul biber
- 500 gr Turp otu
- 1 adet Soğan
- 2 diş Sarımsak
- 2 yemek kaşığı Nar ekşisi
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağ
- 1 tutam Tuz

Yapılışı

- Turp otunu yıkayın, sapları çıkarıp kabaca doğrayın.
- Soğan zeytinyağında 4 dakika hafif kavurun, sarımsak ekleyip 30 saniye çevirin.
- Turp otunu tavaya alıp suyunu salıp çekene kadar 8 dakika orta ateşte karıştırın.
- Tuz ve nar ekşisini ekleyin, 2 dakika daha pişirip aroma yoğunlaştırın.
- Sıcak servis edin; yanına ekmek ve domates dilimleyin.

PÜF NOKTASI

Turp otu suyunu salıp çekmeden tabağa almayı bu çekilme aşamasında sündürmeye o sünme kavamıdır.

SERVIS ÖNERİSİ

Sıcaklara sıcak veya yöresel kahvaltıda eklemek ve zeytinle servis edin.

Alerjenler

Gluten

Süt