

Muğla Koruklu Deniz Börülcesi

Toplam 20 dk

Hazırlık 14 dk · Pişirme 6 dk

4 kişilik

Kolay

~145 kcal

Muğla usulü koruklu deniz börülcesi, haşlanmış deniz börülcesini koruk suyu ve sarımsakla zeytinyağıyla ferah bir mezeye çevirir.

Malzemeler

- 500 gr Deniz börülcesi
- 3 yemek kaşığı Koruk suyu
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 2 diş Sarımsak
- 1 çay kaşığı Limon kabuğu

Yapılışı

1. Deniz börülcesini kaynar suda 8-10 dakika haşlayın.
2. Börülceleri saplarından soyun ve kısımlarına alın.
3. Koruk suyu, zeytinyağı ve ezilmiş sarımsakla karıştırın.
4. Sosu deniz börülcesiyle harmanlayın. Limon kabuğu serpin.

PÜF NOKTASI

Deniz börülcesini tuzsuz haşlamak doğal tuzluluğu dengeler.

SERVIS ÖNERİSİ

Balıkların yanında soğuk meze olarak servis edin.