ABANT KAPAMASI (BOLU)

Necip Usta

1 kilo kuzu eti, kol ve döşten
7 su bardağı et suyu (yoksa su)
1 tatlı kaşığı tuz
1/4 lahana
1 küçük soğan
2 bağ kıyılmış maydanoz
1 adet küçük şalgam
4 adet patates
10 adet arpacık soğanı
1 adet orta boy havuç
1 adet küçük kereviz
1/2 adet pırasa

Etleri bir tencereye koyup üzerini kapatıncaya kadar su doldurup hızlı ateşte kaynatınız.
Tam kaynayacağı zaman ateşten alarak üzerine soğuk su akıtıp yıkayınız.
Susuz olarak bir tencereye çıkarıp üzerine suyunu ve tuzunu ilâve ediniz. Bir kenara ayırınız.
Lahanayı kuşbaşı et büyüklüğünde doğrayınız. Kaynar suda 5 dakika haşlayınız. Tamamen süzdükten sonra etin üzerine ilâve ediniz.
Tencereyi ateşe koyup bir kere kaynadıktan sonra ağır ateşte 30 dakika pişirmeye bırakınız.
Sonra soğanları temizleyip havucu, kerevizi, pırasayı, şalgamı ve patatesi soyup 4'e yararak başparmak büyüklüğünde 4'er santim uzunluğunda doğrayıp yıkayınız.
Yıkadıktan sonra ayrı ayrı muhafaza ediniz.
Et 30 dakika pişince havucu ilâve edip 15 dakika daha pişirdikten sonra diğer sebzeleri de ilâve ederek 45 dakika pişiriniz.
Servis yaparken üzerine maydanoz serperek servis yapınız.

© lezzetler.com tarif no:82397 • adı:Abant Kapaması (Bolu) • gönderen:im • indirme tarihi:28.03.2024 - 12:09