



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AFGAN USULÜ ERİŞTE

250 g yumurtalı erişte (tercihen kenarları tırtıllı)
25 cl (1 su bardağı) yoğurt (tercihen yarım yağlı; bir tülbende ya da ince beze sarılıp, 30 dakika süzdürülmüş)
4 çorba kaşığı taze nane (kıyılmış; ya da 2 çorba kaşığı kuru nane)
2 1/2 tatlı kaşığı pul kırmızıbiber
1 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
1 çorba kaşığı ayçiçek yağı
1 soğan (ince doğranmış)
500 g yağsız dana (ya da sığır) kıyması
2 tatlı kaşığı tuz
1 domates (kabuğu soyulup, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, doğranmış)
15 g (1 çorba kaşığı) tuzsuz tereyağı (küçük parçalara kesilmiş)

Sosu hazırlamak için süzdürülmüş yoğurt, taze nanelerin 3 çorba kaşığı (ya da kuru nanenin 1 1/2 çorba kaşığı), pul kırmızıbiberin 1/2 tatlı kaşığı ve limon suyunu bir kâsede karıştırın.

Ayçiçek yağını kalın dipli bir tencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınınca soğanları koyup, sürekli karıştırarak 3 dakika pişirin. Kıyma, kalan pul kırmızıbiber ve tuzun 1/2 tatlı kaşığını ekleyip, sık sık karıştırarak, 6 dakika pişirin.

Bu arada başka bir tencereye 3 litre (13 su bardağı) su koyup, tencereyi harlı ateşe oturtarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca kalan 1 1/2 tatlı kaşığı tuzu serptikten sonra, erişteyi koyup, yumuşayınca (ama diriliklerini bütünüyle yitirmemelidirler) kadar haşlayın (9 dakika geçince birini alıp, pişip pişmediğini kontrol edin). Öbür tencereye kıymalı karışımı karıştırarak domatesleri ekleyip, 2 dakika pişirerek, tencereyi ateşten alın ve bir kenara bırakın.

Erişteyi haşlanınca tencereyi ateşten alıp, erişteyi bir süzgeçte süzerek, yeniden tencereye aktarın. Tereyağı parçalarını koyup, iyice eriyinceye kadar hafif hafif karıştırın.

Erişteyi ısıtılmış bir servis tabağına aktarın, kâsedeki yoğurt sosunu bir kaşıkla, erişteyi ortasına daire biçiminde aktarın. Öbür tencereye kıymalı - domatesli sosu bir kaşıkla dairenin ortasına döşeyip, kalan naneyi üstüne serpiştirerek, bekletmeden servis yapın.