



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARAP USULÜ KUZU

2 orba kaşığı rafine yağ
1 kg şişlik doğranmış kuzu eti (koldan yada buttan)
1 büyük soğan (doğranmış)
1 diş sarımsak (dövölmüş)
1 tatlı kaşığı toz zerdeçal (isteğe bağlı)
5 santim boyunda çubuk tarçın
1 tatlı kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
1 orba kaşığı un
1+1/2 su bardaęı et suyu
1 orba kaşığı toz şeker
16 kuru erik (ekirdekleri çıkarılıp 2 saat suda ıslatılmış).

Yağı geniş bir tencerede orta sıcaklıkta ısıtınız. Kuzu etini ekleyip arasıra karıştırarak iyice kızartınız. Kızarmış etleri delikli kepeeyle alıp bir tabağa yerleştiriniz. Soğanı tencereye koyup, altın sarısı bir renk alana kadar ara sıra karıştırarak kızartınız; sarımsağı, zerdeçalı (isteğe bağlı), çubuk tarçını, karabiberi ekleyip karıştırarak, 5 dakika hafifçe sote ediniz. Önce unu, sonra da et suyunu ekleyerek birkaç dakika karışımı pişiriniz. Et suyunu karıştırarak azar azar tencereye dökünüz. Ocağın altını açarak karışımı kaynayıncaya kadar ısıtınız. Tabaęa aldığınız kuzu etlerini tencereye yerleştirip 40 dakika (30 uncu dakikada şeker ve kuru erikleri ekleyiniz), yumuşak bir hale gelene kadar, pişiriniz. Arap usulü kuzuyu, suyuna 1 defne yaprağı atılarak pişirilmiş pirinç pilavıyla birlikte servis ediniz.