



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BARBUNYALI KUZU (DÜDÜKLÜ)

Yarım kg kemiksiz kuzu omuz rostosu  
3 baş orta boy soğan  
2 ila 3 yemek kaşığı tereyağı veya margarin  
tuz ve karabiber  
1 diş sarımsak  
2-1/2 bardak su  
1 çay kaşığı karışık kurutulmuş ot (bir dal maydanoz  
2 dal kekik  
1 defne yaprağı (tülbent içinde bağlanmış olarak)  
1 kavanoz barbunya  
2 yemek kaşığı soğuk su  
1 -1/2 yemek kaşığı mısır nişastası  
garnitür olarak doğranmış maydanoz.

2-2.5 cm'lik küpler halinde kesilmiş kuzu etini ve soyulmuş ve doğranmış soğanları, düdüklü tencerede, eritilmiş tereyağında, orta ateşte hafifçe kızartın. Tuz ve karabiber ekleyin. Sarımsağı soyup sarımsak kıyıcıda doğradıktan sonra, su ve otlarla beraber karışıma ekleyin. Kapağı kapatın, basınç ayarını 2'ye getirin ve buhar çıktıktan sonra 25 dakika pişirin. Buharı boşaltın. Kapağı açın, fasulyeleri ekleyin ve bir miktar sıvı ilave edin. Kapağı kapatın, ye tekrar basınç ayarını 2'ye getirdikten ve buhar çıktıktan sonra 5 dakika pişirin. Buharı yavaşça salıverin. Soğuk su ve mısır nişastasını kıvama gelinceye kadar karıştırın, tenceredeki sıvıya ekleyin. Sürekli karıştırarak, koyulaşınca kadar pişirin. Servis tabağına alın ve maydanozla süsleyin.