ET SUYU (KEMİK VE SEBZEDEN)

1/4 baş havuç
1 kg. kemik
1 - 2 dal veya kök kereviz
1 baş soğan
1/2 kahve kaşığı tane karabiber

Kemikleri ufak parçalara kırınız. Bir tencerede 20 bardak suyla ateşe koyunuz. Kaynamağa başlayınca üzerine gelen köpüğü bir kevgirle alınız. Kemiklerin kendine has olan kokusunu gidermek ve et suyuna lezzet vermesi için bir baş soyulmuş soğanı, parçalara bölürımüş havucu ve kerevizi et suyuna koyunuz. Tane karabiberleri de atınız. Kapağını örtmeden orta karar ateşte birbucuk iki saat kaynatınız. 10-11 bardak (Yarı yarıya) suyu kalınca ateştenalarak bir kaba süzünüz.

Not: Et suyunun çıkarılması, uzun bir süreye ihtiyaç göstermediği gibi, aile bütçesi için de büyük külfet savılmaz. Çünkü et suyu sığır, koyun kemiklerinden veya kemikli etlerinden elde edilir. Bunun için bir gün öncesinden evinizin etini alırken kemik de alınız ve günün erken saatlerinde kaynamağa bırakınız. Et suyu çorba, pilav ve sebze yemeklerinde kullanıldığı gibi yağı alındıktan sonra zeytinyağlı yemeklerde de kullanılabilir. Bu şekilde pişen yemekler hem daha lezzetli olur hem de besin değerleri artar.

© lezzetler.com tarif no:87359 • adı:ET SUYU (kemik ve sebzeden) • gönderen:yurdi • indirme tarihi:26.04.2024 - 20:03