



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ELBASAN TAVA

[Sahrap Soysal](#)

1 kg kemiksiz parça kuzu kol eti (8 adet kemiksiz tavuk incik eti de kullanabilirsiniz)
1 adet orta boy kuru soğan
1 adet orta boy havuç

Sosu için;

500 gr süzme yoğurt

500 gr normal yoğurt

4 adet yumurta

4 tepeleme yemek kaşığı un

1 tatlı kaşığı tuz

1 çay kaşığı karabiber, pulbiber

1 tatlı kaşığı kekik

Ayrıca:

2 yemek kaşığı zeytinyağı

Kuru soğan ve havucu soyun. Soğanı bütün halde, havucu 1 santimlik halkalar halinde, tavuk etiyle birlikte çelik bir tencereye koyun. Tavukların üzerini tam kapatacak kadar su ekleyip haşlayın.

Yumuşayan tavuk etlerini tencereden süzerek çıkarın ve iri parçalara ayırıp bir kenarda bekletin.

Diğer taraftan, sosunu hazırlamak için; yoğurtları, yumurtaları ve unu derin bir kaba aktarıp topaksız hale gelinceye kadar çırpın.

Pişen tavuğun suyundan 2 kepçe kadar ekleyip sosu tekrar çırpın.

Fırına dayanıklı cam bir kabı 2 yemek kaşığı zeytinyağıyla yağlayın.

Süzüp kemiklerinden ayırdığınız tavuk etlerini bir kaba dizin, (isterseniz havuçları da etlere katabilirsiniz)

Üzerine sırasıyla tuz, karabiber, pulbiber ve kekiği serpin. Hazırladığınız sosu da etlerin üzerine aktarın.

Yemeği 180 dereceye ve alt-üst konuma ayarladığınız fırının orta rafında üzeri kızarıncaya kadar, en az 40 dakika pişirip çıkarın. Sıcak sıcak servise sunun.

Not: Aslında elbasan tava kurban bayramında kesilen kurbanın etiyle yapılır. Ancak kuzu ya da tavuk etiyle de yapılabilir.