HELİSE (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş'lılar Vakfı Genel Merkezi Ankara

75 gr kabuğu soyulmuş buğday (dövme)
500 gr az yağlı kuzu kuşbaşı (iri doğranmış)
2 çorba kaşığı tepeleme tereyağı (yemeklik eritilmiş)
2 lt su
Tuz
Karabiber

Yayvan bir tencereye (tercihen bakır) dövme ve et koyulmalı, üzerine 2 lt su ilave edip orta ısıdaki ateşte pişirilmeye bırakılmalı. Tencere kaynamaya başlanınca karıştırma işlemine geçilmeli. (K.Maraş yöresinde bu karıştırma işlemi için özel yapılmış tahta çomça kullanılması tercih edilir) Helise'nin istenilen kıvamda olması için sürekli karıştırılması gerekir. Amaç et ile dövmeyi ezip parçalamak ve etin tel tel olup ayrılmasını sağlamaktır. Pişme süresince yemeğin suyu azalmışsa sıcak su ilave edilerek pişirme tamamlanır. Sonra tereyağın 2/3 ü eritilerek yemeğe katılır. Tuz ile karıştırılır. Servis tabağına alınan Helise'nin ortası biraz çukurlaştınlır geride kalan tereyağı tavada kızdırılır içine istendiği kadar karabiber atılır ve yemekteki çukura koyulur yemek servise hazırdır.

Not: Yeme sırasında çatala alınan lokma karabiberli yağa batırılarak yenmelidir.

© lezzetler.com tarif no:46981 • adı:Helise (Kahramanmaraş) • gönderen:Saadet • indirme tarihi:20.04.2024 - 08:16