



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİR SOSLU KUZU SALATASI (FRANSA)

1 çorba kaşığı ayçiçek yağı
1,5 kg kuzu budu (yağları temizlenmiş)
1/2 tatlı kaşığı tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
2 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
175 g kuru incir
4 çorba kaşığı arpacık soğanı (doğranmış)
1/2 tatlı kaşığı kekik
1 su bardağı tuzsuz et (ya da tavuk) suyu
5 çorba kaşığı sirke
1 yeşil salata (yıkayıp, kurulanmış)
taze kekik dalları (süsleme için; isteğe bağlı)

Önce fırınınızı 180 °C ısıtın. Ateşe dayanıklı bir cam (ya da seramik) kaba ayçiçek yağını koyup, kabı orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Isınınca kuzu budunu kaba koyup, ara sıra altüst ederek, her yanı kahverengileşinceye kadar (10 - 12 dakika) pişirin. Kabı ateşten alıp, budun üstüne tuzu ve karabiberin yarısını serpererek, kabı fırına verin ve etin az pişmesini istiyorsanız yaklaşık 1 saat, orta pişmesini istiyorsanız 1,5 saat pişirin. Kabı fırından alıp, kuzu budunu geniş birta-bağa çıkararak bir kenara bırakın.

Kabı yeniden orta ateşe oturtup, zeytinyağının 1 çorba kaşığını, incirleri, arpacık soğanlarını, kekiği, kalan karabiberi koyun ve karışımı sürekli karıştırarak 3 dakika pişirin. Tavuk suyunu ve sirkenin 4 çorba kaşığını ekleyip, ateşi kısın ve ara sıra karıştırarak, 5 dakika daha pişirin.

Kabı ateşten alıp, incirleri delikli kaşıkla bir tabağa çıkarın. Kapta kalan sosu blendır kabına aktarın, püre kıvamı alıncaya kadar (arada 1 kez blendır durdurup, çeperele yapışan sosu kaşıkla kazıyarak yeniden içine atın) karıştırın. Sosu bir kâseye boşaltıp, buzdolabına kaldırın.

Kuzu eti iyice soğuyunca, keskin bir bıçakla ince dilimleyin. Yeşil salata yapraklarını geniş bir kaba koyup, kalan sirkeyi üstlerine gezdirin.

Sirkeli yeşil salata yapraklarını 8 düz tabağa döşeyip, kuzu dilimlerini yaprakların üstüne yerleştirin.

Buzdolabındaki sosu alıp, bir kaşıkla üstlerine boşalttıktan sonra, ayırdığınız incirlerle ve kekik dallarıyla (isteğe bağlı) süsleyip, hemen servis yapın.