



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU FASULYELİ KOYUN YAHNİSİ (DÜDÜKLÜ)

900 gram koyun eti
100 gram sadeyağ, ya da margarin (5 çorba kaşığı)
400 gram arpacık soğanı (40 adet)
800 gram domates (2 orta), ya da 1/2 kahve fincanı tuzsuz domates salçası
2 bardak su
1 kırmızı biber
200 gram kuru fasulye
Tuz

1 Dödüklü tencereye; beş silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarin ile, kemikli olarak yumurta büyüklüğünde parçalara doğranmış 900 gram kol, ya da kürek tarafından koyun eti koyarak, et hafifçe kızarıncaya kadar kavurmalı, sonra etlere; soyulmuş 40 adet arpacık soğanı katarak, üç beş kez çevirdikten sonra tencereye; soyulmuş ve küçük kesilmiş 2 orta domates ya da 1 kahve fincanı su içinde eritilmiş yaran kahve fincanı tuzsuz domates salçası, 2 bardak su, 1 kırmızı biber, 10-12 saat suda yatırılmış ve süzölmüş 200 gram fasulye ile yarım çorba kaşığı da tuz koymalı ve dödüklü tencerenin kapağını kapatmalıdır. (Yahninin daha da hafif olmasını isteyenler, et ve arpacık soğanlarını kavurmadan, olduğu gibi tencereye katarak da yapabilirler.)
2 Sonra tencereye çok kuvvetli ateş vererek, üstündeki dödük yukarıya doğru oynayıp da bol buhar ve ılık gibi sesler çıkarmaya başladıktan sonra hesap edilmek üzere eti, yarıya kadar azaltılmış ateşte 1 saat pişirmeli ve tencereyi ateşten alarak, buharını boşalttıktan sonra servis yapılmalıdır.