



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUymak ÜZERİ KREMALı ET SOTE

350 gr kuşbaşı dana ya da kuzu eti
1 adet soğan
1 adet havuç
2 adet orta boy domates
1 yemek kaşığı domates salçası
5 yemek kaşığı sıvı yağ
2 yemek kaşığı krema (İsteğe bağlı)
1 adet defne yaprağı
Tuz
Karabiber
2 yemek kaşığı mısır unu
1 su bardağı su
125 gr dil veya çeçil peyniri
Bir tutam tuz

Sote yapımı: Dödüklü tencereye ve ya normal tencereye üç yemek kaşığı yağ konulur. Üzerine etler ve küp küp doğranmış soğanlar eklenir. Havuçlar küp küp doğranır ve etlere ilave edilir. Domatesler doğranırken bütün malzeme biraz sotelenir. Domatesler, salça ve krema eklenir. En son tuz, karabiber ve defne yaprağı ilave edilerek dödüklü veya normal tencerenin ağzı kapatılır. Dödüklüde 30 dk normal tencerede 1 saat orta ateşte pişirilir.

Kuymak: İlk olarak dil peyniri tel ayıklanır ve ortadan ikiye kesilir. Yapışmaz bir tavaya 1 su bardağı su konur. Su hafifçe ılıdığı zaman, bir yemek kaşığı mısır unu serpilir ve top top olmaması için karıştırılır. Mısır unu suya karıştığında kalan un dökülür ve tuz ilave edilir. Mısır unu göz göz olana kadar pişirilir.

Pişmekte olan mısır ununa peynir ilave edilerek karıştırılır ve peynir eriyene kadar biraz daha pişirilir. Bir kapta 2 kaşık yağ hafifçe ısıtılır. Mısır unu ve peynir karışımının üzerine yağ dökülür ve hafifçe karıştırılır. Servis tabağına biraz kuymak ve üzerine et sote konularak servis yapılır.

