



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU BALTI (PAKİSTAN)

<https://www.lezzetsirri.com>

1 kg. but tarafından kemiksiz kuzu eti
1,5 su bardağı kaynar su
3 çorba kaşığı balti masala ezmesi
2 çorba kaşığı ghee (posası alınmış tereyağı) veya sıvıyağ
3 diş sarımsak
1 çorba kaşığı garam masala
1 büyük baş soğan
1/2 demet taze kişniş veya 1 çorba kaşığı kişniş tohumu
1 su bardağı su
süs için:
taze kişniş yaprakları veya maydanoz yaprakları

Fırını 190 derecede kızdırın. Eti 3 cm.lik küpler halinde kesin. Firma girecek olan bir tencereye eti, su ve 1 çorba kaşığı balti masala ezmesi ile koyun. Tencerenin kapağını kapatarak 30-40 dakika kadar fırında pişirin. Dana sonra eti suyundan çıkarın ve et suyunu saklayın. Soğanı soyup çok ince olarak kıyın. Sarmısakları soyup dövün. Taze kişnişi yıkayıp kıyın. Ghee'yi yani posası alınmış tereyağını veya sıvıyağı, balti tavaya veya bir Wok'a koyup kızdırın. İçine sarımsakları ve garam masalayı atıp 1 dakika çevirin, ateşi kısıp, kıyılmış soğanları ilave edin. Birlikte karıştırarak, soğanlar sararınca kadar kavurun. Ateşi yükseltip kalan 2 çorba kaşığı balti masala ezmesini ve pişmiş kuzu etini ilave edin. Eti 5 dakika altınimsı kahverengi bir renk alıncaya kadar kızartın. Ayırdığınız et. suyunu yavaş yavaş ilave edin. Kaynamaya başlayınca ateşi kısıp 15 dakika hafif ateşte pişmeye bırakın. Daha sonra kıyılmış taze kişniş ve suyu pişen ete ekleyerek 15 dakika daha hafif ateşte yavaş yavaş kaynatın. Et piştiğinde yumuşak, sosu ise koyu ve yoğun olmalıdır. Arzuza göre tuz ve karabiber atıp taze kişniş yaprakları ile süsleyin. Kuzu Balti'yi yanında haşlanmış pirinç. Elma Chutney ve Nan ile servis yapın. Balti iki tarafı kulplu künk bir tavadır. İki tarafı kulplu sahanı andırır ama sahandan çok daha kalın ve ağırdır. Isıyı dengeli olarak yayar. Eğer Balti'niz yoksa altı kalın bakır bir tencere veya tava kullanabilirsiniz.