



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LÜBNAN USULÜ KUZU

- 1 kg'lık kuzu budu (kemikleri çıkarılıp 2 cm boyutlarında kuşbaşı doğranmış)
- 1 su bardağı su
- 1 çorba kaşığı zeytinyağı
- 3 soğan (ince doğranmış)
- 1 tatlı kaşığından biraz fazla tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 diş sarımsak (dövülmüş)
- 1 tatlı kaşığı kıyılmış maydanoz kökü
- 500 gr (2 12 su bardağı) yoğurt
- 1 çorba kaşığı mısır nişastası (2 çorba kaşığı suda eritilmiş)
- 1 tatlı kaşığı limon kabuğu rendesi

Suyu ve yağı büyük bir tencereye koyup orta ateşte kaynatınız. Soğanı, kuşbaşı eti, tuzun yarısını, biberi, sarımsak ve maydanozu ekleyip, tencerenin kapağını sıkıca kapatarak ağır ateşte 1 saat, et iyice yumuşayıp suyun üçte ikisini çekene kadar pişiriniz.

Orta boy bir tencerede yoğurt, suda eritilmiş mısır nişastası ve kalan tuzu sürekli karıştırarak ısıtınız. Ateşi daha da kısıp 8 dakika daha, karışım yarısını çekene kadar pişiriniz.

Tencereyi ateşten alıp, yoğurtlu karışımı ve limon kabuğu rendesini etlerin piştiği tencereye katınız. Kapağı açık olarak 15 dakika yavaş yavaş pişiriniz. Tencereyi ateşten indirip, yemeği ısıtılmış bir servis tabağına boşaltarak servis ediniz.

Not: Lübnan usulü kuzuyu, taze yeşil salata ve pilavla servis edebilirsiniz.