



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞANLI KOYUN YAHNİSİ (DÜDÜKLÜ)

900 gram koyun eti
750 gram soğan (7 büyük)
120 gram sadeyağ, ya da margarin (6 çorba kaşığı)
300 gram domates (2 orta), ya da 1/2 kahve fincanı tuzsuz domates salçası
1 bardak su
1 tatlı kaşığı yenibahar
Tuz
Karabiber

1 Dödüklü tencereye; 6 silme çorba kaşığı sadeyağ ya da margarin, kemikli olarak yumurta büyüklüğünde parçalara doğranmış 900 gram koyun eti koyarak, etler sularını salıp da tekrar çekinceye kadar kavurmalı, sonra etlere, piyaz soğanı denen, yani yarım ay şeklinde doğranmış 7 büyük baş soğan ilâve ederek, soğanlar iyice ölmüş bir vhal alıncaya kadar kavurmakta devam etmeli, sonra da bu soğanlı etlere soyulmuş ve kesilmiş 2 orta domates, ya da 1 kahve fincanı su içinde eritilmiş yarım kahve fincanı tuzsuz domates salçası, 1 bardak su, 1 tatlı kaşığı yenibahar, 1 kahve kaşığı karabiber ile yarım çorba kaşığı da tuz koyarak dödüklü tencerenin kapağını sıkıca kapatmalıdır.

2 Sonra tencereyi çok kuvvetli ateşe oturtarak, üstündeki dödük yukarıya doğru yükselip de bol buhar ve ısıklık gibi sesler çıkarmaya başladıktan sonra hesap edilmek üzere eti yarıya kadar azaltılmış ateşte 50 - 55 dakika arasında pişirmeli ve tencereyi ateşten alarak buharını boşalttıktan sonra servis yapmalıdır.