



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKŞAM GÜNEŞİ

- 1 paket Hindi Göğüs Kuşbaşı (haşlanmış)
- 3 çorba kaşığı tereyağı
- 50 gr un
- Tuz, karabiber (arzu edilen miktarda)
- 300 ml süt
- 100 ml piliç suyu
- 400 gr bezelye (haşlanmış veya konserve, süzölmüş)
- 2 adet orta boy havuç (küçük küp doğranmış, haşlanmış)
- 250 gr taze fasulye (iri doğranmış, haşlanmış)
- 2 adet büyük boy patates (haşlanmış, küçük küp doğranmış)
- 2 çorba kaşığı eski kaşar peyniri (rendelenmiş)
- 1 diş sarımsak (ince kıyılmış)

Isıtılmış yağa unu ilave edin, karıştırarak un sararıncaya kadar soteleyin. Ateşten indirin karıştırmaya devam ederek yavaş yavaş 200 ml süt, piliç suyu, tuz ve karabiberi katın. Orta ateşte karıştırmaya devam ederek sos koyulaşmaya kadar pişirin. Et, bezelye, havuç ve fasulyeyi ilave edip harmanlayın. Yağlanmış bir fırın kabına dökün, kaşığın tersiyle hafifçe düzeltin.

Patates ve kalan sütü püre kıvamına gelinceye kadar robottan geçirin. Peynir sarımsak, tuz ve karabiber katıp harmanlayın. Fırın kabındaki malzemenin üzerine yayın, kaşığın tersiyle hafif şekil vererek düzeltin.

Önceden ısıtılmış 180°C fırında üzeri hafif kızarıncaya kadar yaklaşık 30-35 dak. pişirin, 5 dak. dinlendirip servis yapın.

