



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALABAN KEBAP (ESKİŞEHİR)

5 tırnaklı pide
1 su bardağı et suyu
Yoğurt
1 domates
2 yeşil biber
Köftesi için:
500 gram kıyma
1 küçük soğan
3 yemek kaşığı ekmek tozu
Tuz
Karabiber
Sosu için:
1 yemek kaşığı tereyağı
2 yemek kaşığı domates salçası
1 çay bardağı su
Tuz
Üzeri için:
2 yemek kaşığı tereyağı

Köfte için soğanlar ince kıyılır, üzerine kıyma, ekmek tozu, tuz ve karabiber eklenerek iyice yoğrulur. Yuvarlak köfteler hazırlanır, üzerine biraz bastırılır yassılaştırılır. Köfteler tavada pişirilir. Tavadan köfteleri aldıktan sonra, domates ve biberler de aynı tavada pişirilir. Sos için tereyağı eritilir, üzerine salça eklenir karıştırılır, üzerine tuz ve su eklenir biraz kaynatılır. Tırnaklı pideler doğranır, servis tabağının altına bir sıra dizilir. Üzerine biraz sıcak et suyu gezdirilir. Et suyunun da üzerine bir sıra yoğurt konur, yoğurdun üzerine sıcak sos gezdirilir. Hazırlanan tabağının üzerine pişmiş köfteler, pişmiş domates ve biber dizilir. En üzerine de eritilmiş tereyağı gezdirilerek sıcak servis yapılır.

Not: Eskişehir Tatar'larının geleneksel yemeğidir. Tatarca 'balaban' büyük anlamına gelmektedir.



