



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

ELBASAN TAVA (ARNAVUTLUK)

- 4 yemek kaşığı tereyağı
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 800 gram kuzu kol
- 10 adet arpacık soğan
- 2 çay kaşığı tuz (azaltıp artırılabilir)
- 2 su bardağı yoğurt
- 3 adet yumurta sarısı
- $\frac{3}{4}$ su bardağı un
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı kekik (arzuya göre)
- 1 çay kaşığı kuru reyhan (arzuya göre)
- 1 tatlı kaşığı kırmızı biber
- Terbiyesi için:
- 2 su bardağı süzme yoğurt
- 3 adet yumurta sarısı
- 4 yemek kaşığı sıvı yağ
- 3 yemek kaşığı un
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay bardağı su

Tereyağı ve sıvı yağı bir tencerede kızdırın, etleri tencereye alın ve yüksek ateşte arkalı önlü mühürleyin.

Etler mühürlendikten sonra arpacık soğanlarını ekleyin.

2-3 dakika sonra tuzu ve üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyin.

Altını kısın, etleriniz iyice yumuşayana kadar yaklaşık 1 saat pişirin.

Etler pişerken, yoğurt, yumurta sarıları, un ve suyu bir kapta karıştırın.

Sürenin sonunda pişen etleri ve arpacık soğanlarını bir fırın kabına dizin.

Fırınınızı 180 derecede ısıtın.

Karışımı, fırın kabının içerisindeki etlerin üzerine dökün.

Yemeği fırına verin ve üzeri kızarana kadar, yaklaşık 25 dakika pişirin. Elbasan tavanız hazır.



