



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ ŞEVKETİ BOSTAN (SÖKE AYDIN)

Yarım Kg şevketi bostan  
300 Gr kuzu eti (tercihen böbrek yatağı)  
1 Orta boy kuru soğan  
2-3 Diş sarımsak  
4 Çorba kaşığı zeytinyağı  
Tuz  
Karabiber  
Terbiyesi için:  
1 Tepeleme tatlı kaşığı un  
Yarım Limon suyu

Şevketi bostan tarifi Ege'nin sevilen yemeklerinden biri. Öncelikle şevketi bostanı yıkayarak temizleyin, kötü görünen kısımlarını ayırın ve beyaz yerlerini doğrayın. Yeşil kısımlarının körpe taze olan kısımları da ilave edin.

Tencereyi ocağa koyun ve harlı ateşte kuzu etlerini birkaç dakika sote edin. Yemeklik doğranmış soğanı ekleyin ve karıştırmaya devam edin.

1 Su bardağı ılık suyu ekleyerek tencerenin kapağını kapatın ve etler yumuşayınca kadar pişirin. Etlerin pişmesine yakın şevketi bostana tuz, karabiber, ince doğranmış sarımsak ekleyin. Önce harlı ateşte sonra kısık ateşte beyaz kök kısımları yumuşayınca kadar pişirin.

Ardından şevketi bostanın terbiyesini hazırlayın. Terbiyesi için un, limon suyu ve pişmekte olan yemeğin suyundan aldığınız bir kaç kaşık suyu un eriyene kadar karıştırın. Yemeğin pişmesine yakın bu karışımı pişmekte olan yemeğe ilave edin. Yaklaşık 5 dakika sonra yemeği ocaktan alın. Sarımsaklı yoğurt ile servis edebilirsiniz.

