ISPANAK KALYESİ

Stefanos Yerasimos

S00 gr. koyun eti
4 çorba kaşığı nebati yağ
Tuz
2 kahve kaşığı dövülmüş kuru kişniş
1,5 kahve kaşığı kimyon
Damla sakızı
Karabiber
1,5 kahve kaşığı tarçın
200 gr. koyun kıyması
1 kg. ıspanak
1 diş sarımsak

Küçük kuşbaşı doğranmış koyun etini tuz, karabiber, 1,5 kahve kaşığı dövülmüş kişniş, 1 kahve kaşığı tarçın, 1 kahve kaşığı kimyon ve dövülmüş sakız ile pişirin.
Kıymanın içine ete eklediğiniz baharattan yeterince katıp, fındık büyüklüğünde köfteler hazırlayın.
Ispanakları hafifçe dövün. Tencereye köftelerle birlikte pişmeye bırakın.
Hepsi piştikten sonra sarmısağı ezin, yarım kaşık kimyon, biraz tuz ilâve edip ateşi söndürün ve geri kalan kişniş ve tarçını ekleyin.

Not: Arapça olan kalye adı eskiden kızarmış, kavrulmuş, etlere verilirdi. Zamanla, etin önceden kavrulmuş olduğu, sebzeli yemeklere de kalye denildi.

© lezzetler.com tarif no:138691 • adı:Ispanak Kalyesi • gönderen:kapya • indirme tarihi:30.05.2024 - 07:07