ISPANAKLI ELBASAN TAVA

Ali Güler

1.5 Kg. Kuzu İnciği veya Koldan Kesilmiş Kuzu Etii
3 Çorba Kaşığı Tereyağı
4 Adet Domates
1/2 Kg. Ispanak
2 Adet Soğan
2 Adet Çarliston Biber
1 Çorba Kaşığı Un
3 Çorba Kaşığı Tez
2 Çay Kaşığı Karabiber
2 Su Bardağı süt
4 Adet Yumurta
1 Çay Kaşığı Hindistancevizi
1.5 Çay Kaşığı Karabiber
1.5 Su Bardağı Kaşar Peyniri Rendesi

Bir tencereye tereyağını koyalım ve eritelim. İncikleri ekleyip 10 dakika kavuralım. Unu, yemeklik doğranmış soğanı, küp şeklinde doğranmış domatesi, ince kıyılmış çarliston biberi sırasıyla ilave edelim. Etlerin üzerini kapayacak kadar su koyup tuzunu ve karabiberini katalım. Tencerenin kapağını kapatıp 30 dakika kaynamaya bırakalım. Bu sürenin sonunda kapağı açalım ve etlerin üzerinde biriken köpüğü alıp 30 dakika daha kaynatalım. Bu uzun pişme işleminden sonra incikleri tencereden çıkaralım, etleri kemiklerden ayıralım ve aralıklı olarak fırın tepsisine dizelim. Etin suyunu da süzelim ve 1 bardağını kullanmak üzere ayıralım.
Bu arada sosu yapalım. Yumurtaları çırpma teliyle çırpalım. Hindistan cevizini, sütü, tuzu ve karabiberi ilave edelim ve biraz daha çırpalım. Haşlayıp süzdüğümüz ve doğradığımız ıspanakları da katalım ve karıştıralım. Bu sosu, tepsiye dizdiğimiz etlerin üzerine yayalım. Rendelenmiş kaşar peynirini de serpip orta derecede ısıttığımız fırında 15-20 dakika kadar (üzeri kızarana dek) pişirelim. Fırından çıkardığımız elbasan tavayı servisten önce kare kare keselim. Son olarak daha önce bir kenara ayırdığımız 1 su bardağı et suyunu üzerine dökelim ve servis edelim.

© lezzetler.com tarif no:82222 • adı:Ispanaklı Elbasan Tava • gönderen:gülkız • indirme tarihi:05.05.2024 - 19:28