



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com)

ISPANAKLI KUZU PİRZOLASI (FRANSA)

12 kuzu pirzolası (her biri yaklaşık 90 g)
12 iri ıspanak yaprağı (yıkamış)
24 mantar (yıkayıp, kurulanmış)
4 tatlı kaşığı ayçiçek yağı
12 arpacık soğanı (8'i ince dilimlenmiş; 4'ü ince doğranmış)
1/2 tatlı kaşığı tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
50 cl (2 su bardağı) tuzsuz esmer et suyu (ya da tavuk suyu)

Bir tencereye 2 litre (8 su bardağı) su koyup, tencereyi harlı ateşe oturarak, suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca tencereyi ateşten alıp, ıspanak yapraklarını koyarak 2 -3 saniye kaynar suda haşladıktan sonra, bir süzgeçte süzerek, akar su altında çalkalayın ve sularını süzdürüp, kâğıt mutfak havlusu arasında kurulayın.

Mantarların en düzgün 12'sini bir kenara ayırıp, kalanların saplarını keserek, bir kenara bırakın. Şapka bölümlerini ince doğrayıp, bir kenara bırakın.

Bir tavaya ayçiçek yağını koyup, tavayı orta ateşe oturarak, yağı ısıtın. Yağ ısınınca ateşi kısıp, ince dilimlenmiş arpacık soğanlarını koyun ve sık sık karıştırarak, 3 dakika pişirin. Mantarların saplarını ve kıyılmış şapka bölümlerini koyup, sık sık karıştırarak harcı 5 dakika pişirdikten sonra, tavayı ateşten alın. Tuzun yarısını ve karabiberin yarısını serpip, bir kenarda soğumaya bırakın.

Harç soğurken, pirzoların sap bölümlerindeki etleri keskin bir bıçakla sıyırıp, atın. Sonra mutfak tezgâhı üstüne dizip, her pirzoları enlemesine 2,5 cm derinlikte yarıp. Üstlerine kalan tuzun yarısı ve kalan karabiberi serpin.

Mutfak tezgâhına ıspanak yapraklarından birini damarlı bölümü üste bakacak biçimde serin. Soğuyan harcı 12 kümeye bölüp, kümelerden birinin yarısını, ıspanak yaprağının ortasına koyun; öbür yarısını kaşıkla pirzolalardan birinin yarık bölümüne kaşıkla karıştırarak doldurup, doldurduğunuz pirzoları, bütün kemik bölümü ıspanak yaprağının dışında kalacak biçimde, harç tabakasının üstüne yerleştirin. ıspanak yaprağını her yandan pirzolanın üstüne kapatıp, kemiğin başladığı noktada parmaklarınızla sıkıştırarak bastırın. ıspanak içine paketlediğiniz bu pirzoları bir tabağa koyup, kalan 11 pirzola, kalan harç ve kalan 11 ıspanak yaprağıyla işlemleri yineleyin.

Sosu hazırlamak için, bir emaye tencereye et suyunun yarım bardağı ile doğranmış arpacık soğanlarını koyup, tencerenin kapağını kapatarak kısık ateşe oturtun ve soğanları 5 dakika pişirin. Et (ya da tavuk) suyunu ve 30 cl (1 1/4 su bardağı) su ekleyip, ateşi açarak, karışımı bir taşım kaynatın. Kaynayınca ayırdığınız 12 bütün mantarı ekleyip, 10 dakika pişirin. Sonra mantarları delikli kaşıkla bir tabağa çıkarıp, sıcak kalmalarını sağlayın. Ateşi açıp, sosu 30 cl. (1 1/4 su bardağı) kalıncaya kadar kaynatın. Bu arada, bir tencereye 2,5 cm yükseklikte su koyup, içine buğulama kabı yerleştirerek, tencereyi harlı ateşe oturtun ve suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca buğulama kâbına, ıspanağa sarılı pirzoları yan yana yerleştirip, tencerenin kapağını kapatarak, 8-10 dakika buharda pişirin.

Öbür tencereyedeki sos çekince, tencereyi ateşten alıp, 'sosu bir tel süzgeçten bir kâseye süzerek, kalan tuzu serpin ve bir kenarda sıcak kalmasını sağlayın.

Pirzoların piştikleri tencereyi de ateşten alıp, pirzoları, ıspanakların açılmamasına dikkat ederek, 2'şer 2'şer 6 düz tabağa aktarın. Çevrelerine sıcağı tuttuğunuz mantarları bölüştürüp, üstlerine sosu gezdirerek, servis yapın.

SERVİS ÖNERİSİ: Izgara edilip, üstlerine fırınlanmış susam serpiştirilmiş kırmızı ve sarı dolmalık biber şeritleriyle.