



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEDİRGEN KAVURMASI (AYDIN)

Aydın Valiliği

2 bağ kedirgen (yabani kuşkonmaz)
2 adet orta boy pırasa yada soğan
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1 kahve fincanı zeytinyağı
4 adet yumurta
1 tatlı kaşığı tuz

Kedirgenlerin sap bölümlerindeki sert kısımlara kadar kırılarak atılır. Kedirgenler yarım saat bol suda bekletilir. İyice temizlendikten sonra dış dış doğranır. Pırasalar da ayıklanarak, ince ince kesilir. Geniş tabanlı bir tavaya alınan zeytinyağı orta ateşte kızdırılır. Önce pırasalar sonra kedirgenler tava içerisine alınır. Karıştırılarak hafifçe kavrulur. Baharatları eklenir. Üzerine 1/2 fincan su ilave edilerek hafif ateşte kapağı kapalı şekilde pişirilir. Bu süreçte yemek karıştırılmaz. Kedirgenler kavrulduktan sonra üzerine yumurta kırılabilir. İster sade ister yumurtalı olsun sıcak servis edilir.

Not: "Kedirgen" ya da "tilki kuyruğu" doğal ilaç olan kuşkonmazın yabanisi Ege Bölgesi'nde tepe ve bayırlarda yetişir. Bahar aylarında açan renk renk çiçeklerin arasında dağ bayır gezilerek toplanır. Baharda kedirgen bağları dizili olarak Aydın pazarlarını süsler. Kuşkonmaz elit sofraların, diyet menülerinin ve alternatif tıp uygulamalarının vazgeçilmez bir parçasıdır. Kedirgen, yabani kuşkonmazın tatlı olanıdır.

