



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEŞKEK (TOKAT)

<https://www.tokat.com/tokatyemekleri.html>

2 kg Koyun Eti (But veya sırt) (Kemikli Et)
3 bardak Yarma (Bütün Yarma)
1 tatlı kaşığı Çemen
2 baş Sarımsak
3 çorba kaşığı Tereyağı
1 bardak Nohut
Tuz
Pul Biber
Karabiber

Nohut bir gece önceden su ile ıslatılır. İlikli, kemikli et akşamdan çemenlenir ve bekletilir. Etle birlikte bir tencereye konulup nohutlar iyice pişene kadar haşlanır. Büyükçe bir tencereye haşlanmış olan nohut ve etler bir kevgir yardımıyla alınır. Etin suyundan 9 bardak kadar etlerin üzerine dökülür. Eğer et suyu yeterli gelmezse normal su ile takviye edilir. Yarma yıkanır, tencereye konur, sarımsaklar bütün diş olarak ilâve edilir. Çemen az miktarda suda ezilerek tuz, baharat ve tereyağı tencereye konularak kaynatılır. Ağır ateşte pişmeye bırakılır. Kaynamaya başlayınca kısık ateşte ağzı kapalı olarak 2 - 3 saat pişirilir. Yarı pişmiş durumda iken yağı eklenir ve pişmesi tamamlanır. Sıcak servis yapılır.

Not: İsteğe göre keşkek suyunu çekince üzeri kızarana dek fırınlanabilir. Taze etle olabileceği gibi kurutulmuş etle de pişebilir. Tahta kaşıkla yenilmesi tercih edilir. Tabaklara dağıtım yapılmaz. Yanında ayran, kuşburnu ezmesi ve turşu tercih edilir.

