



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEŞKEK (UŞAK)

500 gram keşkeklik buğday
2 adet kuru soğan
Zeytinyağı
Tereyağı
4 su bardağı et suyu
Sos için:
250 gram kuşbaşı kuzu eti
1 yemek kaşığı biber salçası
2 adet domates
2 adet kuru soğan
2 adet biber
1 tutam kekik

Buğdayları 10-12 saat önceden ıslatın.

Soğanı yemeklik doğrayın.

Zeytinyağıyla birlikte toprak tencereye koyup ocağa alın.

Soğanlar pembeleşene kadar kavurup buğdayı suyuyla ekleyin.

Buğdaylar suyunu çekince keşkeği geniş bir kaba alıp çırpın.

Ardından yeniden toprak tencereye koyup üzerine et suyunu ve tereyağı ekleyin.

Suyunu çekene kadar ocakta kaynatın.

Buğdaylar suyunu çekince kapağını kapatıp sararak demlenmeye bırakın.

Sosu için soğan, biber, kuşbaşı et, domates ve biber salçasını küçük toprak kapta pişirmeye başlayın.

Et suyunu salınca altını kısıp iyice pişmeye bırakın.

Etler yumuşayınca ocaktan alıp keşkekle birlikte servis yapın.

