



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOYUN ETİ KÜLBASTISI

Tuğrul Şavkay

1 kg. koyun eti (dilimlenip, dövülerek inceltilmiş)

Tuz

100 ml. eritilmiş tereyağı (2/5 su bardağı)

5 diş sarımsak (soyulup, bütün bırakılmış)

45 ml. sirke (3 çorba kaşığı)

250 ml. et suyu (1 su bardağı)

Taze çekilmiş karabiber

1/2 çay kaşığı kimyon

1/2 çay kaşığı tarçın

Etleri tuzlayın. Izgaranızı (eğer ızgaranız yoksa fırınınızın ızgarasını) yakın. Külbastıları ızgaraya (fırında ise altında bir tepsi ile ızgara teline) yerleştirin. Kurumamaları için ara sıra eritilmiş tereyağı sürerek her iki yanlarını kızartın.

Pişen külbastıları bir sahana aktarın. Sarımsakları aralarına yerleştirin. Üzerlerine sirkeyi, et suyunu, biberi ve kimyonu katın. Sahanı ateşe oturtup bir taşım kaynatın. Ateşi kısıp, külbastıları 20 dakika pişirin.

Pişen külbastıları ateşten alıp, üzerine tarçın serpererek servis yapın.

Not: İstenirse baharatına 1 bağ maydanoz sapı, 1 çay kaşığı dövülmüş sakız ve 1 çay kaşığı tane karanfil de katılabilir.