



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ERİKLİ KUZU İNCİK

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

400 g arpacık soğan, soyulmuş
90 g tereyağı veya sadeyağ
6 adet kuzu incik
2 adet büyük boy soğan, soyulmuş ve ikiye bölünmüş
1 adet defne yaprağı
1 adet küçük boy havuç
2 lt et suyu veya su, kaynar
500 g siyah erik kurusu, çekirdekleri çıkartılmış
150 g ceviz içi
10 g mercanköşk

Bir tencerede 30 gram yağı eritin ve arpacık soğanları renk alana kadar kavurun. Bir tabağa alın. Aynı tencerede kuzu incikleri mühürleyin ve sıcak suyu ilave edip bir taşım kaynatarak köpüğünü alın. Ardından soğan, defne yaprağı ve havuç katıp kapağını kapatın ve ağır ateşte 2 saat boyunca pişirin. Etlerin pişmesine 25 dakika kala erik kurusunu ve renk aldirdığınız arpacık soğanları etin içersine atın ve birlikte pişmeye bırakın. Kuzu incik piştikten sonra ocaktan alın ve içersine 1 gün sütte bekletilmiş ceviz ve mercan köşkü otu ekleyin. 30 dakika dinlenmeye bırakın ve servis edin.

Not: Eğer mevsimiyse taze ceviz kullanabilirsiniz. Erikli et yemekleri, Türk mutfağının kadim lezzetleri arasında ayrı bir yere sahiptir. Et yemeklerini kuru veya taze meyvelerle pişirmek çok eski bir gelenektir. Özellikle kuru erik gibi mayhoş meyvelerin tercih edilmesi et ile müthiş bir uyum sağlar. Bu tarifi ekşi kuru kayısı, kuru siyah üzüm veya mevsiminde ayva gibi meyvelerle farklı çeşitlemeleri de yapılır.

