



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KUZU ETLİ MANTAR KAVURMASI

- 1 kilo kemiksiz kuzu eti
- 1/2 kilo kültür mantarı
- 1 limon
- 1 bardak et suyu
- yeteri kadar tuz ve karabiber
- 1 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 çorba kaşığı sadeyağ
- 1 baş soğan
- 1 çorba kaşığı un

Kuzu etini kuşbaşı iriliğinde par. çalara doğramalı. Bunları yıkadıktan sonra kuşaneye koymalı ve orta ısıli bir ateş' oturtmalı. Tahta kaşıkla eti vakit vakit karıştırılmalı. Böylece et, suyunu salıp çektikten sonra daha sık karıştırarak eti kavurmalı.

Beri yanda zeytinyağıyle sadeyağı kuşaneye koyup orta ısıli ateşe oturtmalı. Yağ ısınınca rendelenmiş soğanı katmalı ve karıştırarak kavurmalı. Soğanın rengi pem. beleşince çabuk çabuk karıştırarak azar azar katılan unu yağlı soğana yedirmeli, iki - üç dakika kadar karıştırarak kavurmalı.

Mantarların toprağa değen bölümlerini kestikten sonra nemli ve temiz bir çuval parçasıyla mantarların zarlarını ovalayarak gidermeli. Sonra bunları bol akarsuda yıkayıp içine yarım limon suyu sıkılmış suda bırakmalı.

Soğanlı salçadaki unun rengi dönmeye baslarken bunun içine kavrulmuş et parçalarını boşaltmalı. Limonlu sudaki mantarları da süzerek etlerin üstüne boşalttıktan sonra duruma göre yarım veya bir bardak et suyu katmalı, kabın ağzını örtüp içindekileri pişmeye bırakmalı. Etle mantar pişince kabın ağzını açmalı ve bir süre suyunu çekmesini beklemeli Etlı mantarın suyu azalınca bunu servis tabağına boşaltmalı ve sofraya göürüp servis yapmalı. İsteyenler bu yemeğe biraz limon da sıkabilirler.