



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU ETLİ ŞEVKETİ BOSTAN (İZMİR)

500 gram şevket-i bostan
250 gram kemikli kuzu eti
2 adet orta boy soğan
2-3 kaşık sıvı yağ
2 su bardağı su
Tuz
Terbiyesi için;
1 yemek kaşığı un
Yarım limon suyu

Şevketi bostanların taze yeşil kısımları ile kök kısımları üzerinde bulunan kabuksu lifli dokuyu soyun ve yıkayın. Temizlediğiniz şevketi bostanları iri parçalar halinde doğrayın. Uygun bir tencerede soğanları hafif bir şekilde kavurup üzerine kuşbaşı doğranmış kuzu etini ilave edin. Etler suyunu çekene şevket-i bostanları üzerine ekleyin. Ara ara karıştırıp 10-15 dakika tencerenin kapağı kapalı olarak pişirin. Daha sonra suyu ve tuzunu ekleyip 30-40 dakika daha pişirmeye devam edin. Şevketi bostanların beyaz kısımları yumuşayınca; bir kasede un ve limon suyunu çırpın. Terbiyenin kesilmemesi için kaynayan yemeğin suyundan 1-2 kaşık ekleyip bir kere daha çırpın ve yavaş yavaş yemeğe ekleyin. 2-3 dakika daha kısık ateşte pişirdikten sonra ocaktan alıp servis edin.

