



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU İNCİK POLENTA

<https://www.acunn.com>

Kuzu İncik
Zeytinyağı
Üzerine sürmek için:
Worcestire Sos
Bal
Soya Sos
Polenta için:
Polenta
Sıcak Su
Tereyağı
Parmesan
Sosu için:
Et Suyu
Soğan
Havuç
Pırasa
Defne Yaprığı
Nişasta

Kuzu inciklerin kemik bağlarını bıçak yardımı ile koparıp, elimiz ile aşağı doğru çekerek top haline getiriyoruz. Bu şekli aldıktan sonra haşlıyoruz. Kuzu incik haşlanırken; sıcak suya polentadan dökerek yavaş yavaş karıştırmaya başlıyoruz. Polentaya tuz ekliyoruz. Püre kıvamını aldığı anda parmesan ve tereyağı ile bağlıyoruz.

