KUZU TİFTİK SANDVİÇ

https://www.ruhundoysun.com

1 adet Kuzu kol
2 yemek kaşığı Zeytinyağı
2 adet Kırmızı soğan
4 diş Sarımsak
3 adet Havuç
2 adet Kereviz sapı
2 dal Biberiye
4 dal Taze kekik
4 tatlı kaşığı Nar ekşisi
1 adet Portakal
4 yemek kaşığı Süzme yoğurt
1 tatlı kaşığı Kimyon tohumu
Tuz ve karabiber

Grundig fırını 160 derecede ısıt.
Eti pişirmeden önce oda sıcaklığına getir. Her tarafını tuz ve karabiberle iyice ov.
Geniş bir döküm tencerede zeytinyağını ısıt, eti her tarafı güzelce kızaracak şekilde mühürle. Bir tabağa al.
Soğanı halka halka doğra. Havuç ve kereviz saplarını 4□e kes. Eti pişirdiğin tencerede sebzeleri 5-6 dakika pişir. Kuzu kolunu, biberiye ve kekiği ilave et.
Etin yarısına gelecek kadar su ekle. Tencerenin kapağını kapatıp, fırında 3 saat pişir. Arada kontrol et, gerekirse su ilave et.
Pişince eti geniş bir kaba al ve iki çatal yardımı ile didikle.
Tencerede pişen sebzeleri ayrı bir tabağa al. Kalan et suyuna nar ekşisini ve portakalın suyunu ekleyip 10 dakika pişir.
Didiklediğin eti tekrar tencereye koy, sosla iyice karıştır.
Yoğurtlu sosu hazırla. Kimyon tohumları tavada hafifçe kavur. Süzme yoğurt ile karıştırıp tuz ilave et.
Ekmek arasına yoğurt sos sür, tiftiklenmiş kuzu eti ve turşu yerleştirip sandviç yap.



© lezzetler.com tarif no:139740 • adı:Kuzu Tiftik Sandviç • gönderen:Yağ Satarım Bal Satarım • indirme tarihi:28.03.2024 - 12:48