



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MÜLHİYE (MISIR USULÜ)

2000 gram mülhiye
750 gram kuşbaşı kuzu eti
100 gram soğan (1 büyük baş)
200 gram domates (1 büyükçe)
40 gram tereyağı, ya da margarin (2 silme çorba kaşığı)
1/2 baş sarımsak
1 tatlı kaşığı dövülmüş kişniş
1 kahve kaşığı baharat
1 kahve kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

1 Yıkanmış 2000 gr. mülhiye saplarını yapraklarının dibinden koparmak suretiyle ayıklamalı, yıkamalı, ve imkân oranında kurulamalı, sonra da kurulan mülhiyeyi; tütün kıyar gibi kıymalı ve bir tarafa ayırmalıdır.
2 Sonra bir kaba 8 bardak su, 1 baş soğan, 1 domates, kuşbaşı kesilmiş 750 gram kuzu eti, yarım çorba kaşığı tuz koyarak, et iyice pişmiş bir hal alıncaya kadar aşağı yukarı 2 saat haşlamaya bırakmalı ve sonra, soğan ve domatesi içinden çıkarıp attıktan sonra, bunlara 1 kahve kaşığı karabiber, 1 kahve kaşığı da, baharat katarak hafif ateşte bırakmalıdır.
3 Sonra orta boy bir kuşaneye 2 silme çorba kaşığı tereyağı, ya da margarin, dövülmüş 1 tatlı kaşığı kişniş ile küçük doğranmış yarım baş sarımsak karıştırmak suretiyle kavurmalıdır.
4 Diğer taraftan kişniş, sarımsak kavrulmakta iken kıyılmış ve iyice kurulanmış olan mülhiyeyi kaynamakta olan et suyuna atarak ancak iki ya da üç taşım kapaksız olarak kaynatmalı, sonra da kavrulmakta olan kişniş ve sarımsaklara kızgın yağı koyarak iyice bir karıştırmalı ve kapağı kapatılmış olarak bir iki taşım daha kaynattıktan sonra tencereyi ateşten almalı ve on dakika sonra servis yapmalıdır.