



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NANELİ KUZU SIRTİ

3 kg'lık kuzu sırtı
2 tatlı kaşığı tuz
2 tatlı kaşığı karabiber
60 gr (1 su bardağı) taze çavdar ekmeği içi
2 çorba kaşığı nane (ince kıyılmış)
1 küçük soğan (rendelenmiş)
15 gr (1 çorba kaşığı) tereyağı (eritilmiş)
150 gr (3 4 su bardağı) tavuk suyu
1 çorba kaşığı unlu tereyağı (bkz. Unlu tereyağı)

Önce fırınınızı orta sıcaklığa (180) getirip ısıtınız.

Eti, tuz ve biberin yarısı ile iyice ovarak, yağlı kısmı yukarı gelecek biçimde derin bir rosto kabının içine konmuş tel ızgaranın üstüne yerleştiriniz.

Küçük bir kasede ekmeğin içi, nane, soğan, kalan tuz ve kalan biberi karıştırıp, çatalla, eritilmiş yağı ekleyiniz.

Kalın bir bıçak yada spatula ile, karışımı etin üstüne düzgünce yayın.

Rosto kabını fırına sürüp, eti 1 saat pişiriniz. Fırının sıcaklığını düşürüp (150 C), 1-1+1/4 saat daha, et yumuşayıp bir bıçak batırıldığında açık pembe su çıkana kadar pişiriniz.

Kabı fırından alıp, eti kesme tahtasının üstüne yerleştirerek keskin bir bıçakla kalın dilimler halinde keserek, bir servis tabağına yerleştiriniz.

Rosto kabının içindeki ızgarayı çıkardıktan sonra, madeni bir kaşıkla, kabın dibindeki et suyunun üstünde birikmiş yağları atınız.

Rosto kabındaki suyu küçük bir tencereye koyup, tavuk suyunu ekleyerek harlı ateşte kaynatınız. Kaynamaya başlayınca ateşin altını kısıp, unlu tereyağı yavaş yavaş, katarak, sos oldukça kalın ve pürüzsüz olana kadar pişiriniz.

Tencereyi ateşten alıp, sosu ısıtılmış bir sosluğa koyarak, etle birlikte servis ediniz.

Not: Naneli kuzu sırtı genellikle fasulye ve fırında patates ile servis edilir.