



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

NAVARİN DE MOUTON (FRANSA)

<https://www.lezzetsirri.com>

Pancarlı ve Havuçlu Koyun Yahnisi

1 kg. kemiksiz parça koyun eti
6 orta boy patates
3 havuç
2 şalgam veya beyaz turp
12 arpacık soğanı
4 diş sarımsak
2 çorba kaşığı un
2 çorba kaşığı domates salçası
1 karışık ot demeti (kekik, defne yaprağı, mercanköşk)
1 demet maydanoz
100 gr. tereyağı
1 çorba kaşığı toz şeker
1 litre su
2 çorba kaşığı sıvıyağ
2 tatlı kaşığı karabiber
tuz

Tencereye tereyağının yarısını koyun, eriyip kızınca içine etleri atın. Etlar altın rengi alıncaya kadar çevirerek kızartın. Etlar kızarıırken, sarımsakları soyarak, dövün. Kızaran etlerin üzerine unu serpin, biraz karıştırarak unun etle birlikte kavrulmasını sağlayın. Dövmüş sarmısağı ve domates salçasını ilave edin. Suyunu koyup, içine karışık ot demetini veya toz olarak; 1 tatlı kaşığı mercanköşkü, bir o kadar kekiğı ve 2 defne yaprağını atarak kaynamaya bırakın. Etlar kaynayıncaya kapağını kapatın ve hafif ateşte 45 dakika pişirin. Etlar pişerken, patatesleri soyun. Yıkayıp iri küpler halinde kesin. Havuçları soyun 1/2 cm. kalınlığında halkalar halinde doğrayın. Şalgam veya bulamazsanız turpları da soyun yuvarlak dilimler halinde doğrayın. Arpacık soğanlarını soyup bir kenara bırakın. Tavada sıvıyağı ve tereyağının kalanını eritin. Kızınca içine arpacık soğanlarını atın. Soğanlar hafif sararıp saydamlaşmca üzerine toz şekerini serpip biraz karıştırın. Soğanlar karamelize olunca üzerlerine havuçları ve şalgamları ekleyin, birlikte biraz çevirip pişmekte olan etlere ilave edin. Karabiberini tuzunu ekleyin ve hep birlikte 45 dakika yine hafif ateşte kaynamaya bırakın. En son patatesleri yemeğe ekleyerek 30 dakika kadar pişirin. Üzerine kıyılmış maydanoz serpererek servis yapın. Navarin de mouton'un özelliğı beyaz şalgam ile pişmesidir. Ama şalgam bulamazsanız yerine turp kullanabilirsiniz.