



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ORTA ASYA USULÜ SEBZELİ KUZU (KAZAKİSTAN)

500 g kuzu eti (tercihen sırttan; bütün yağları alınmış)
250 g mantar (yıkayıp, kurulanmış)
250 g sultani bezelye (kılıçıkları ayıklanmış)
250 g kırmızı dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra, ince şeritler halinde kesilmiş)
200 g çinlahanası (tütün kıyımı kesilmiş)
150 g ıspanak yaprağı (sapları ayıklanıp, yıkamış)
3 taze soğan (ayıklanıp, ince doğranmış)
2 diş sarımsak (dövülmüş)
1 cm taze zencefil kökü (soyulup, ince doğranmış; isteğe bağlı)
2 çorba kaşığı kıyılmış kişniş ya da maydanoz
125 g erişte (kısa parçalar halinde kırılmış)
Zencefilli tavuk suyu:
750 g parça tavuk (kemikleri ayıklanmamış; deri ve yağları bütünüyle alınıp, yaklaşık 7,5 cm boyunda kesilmiş)
5 cm boyunda taze zencefil (iri doğranmış)
3 taze soğan (ayıklanıp, ince doğranmış)
6 taze kişniş dalı
Banma sosu:
6 çorba kaşığı soya sosu (ya da soyu)
1 1/2 tatlı kaşığı tozşeker
3 taze soğan (ayıklanıp, ince doğranmış)
2 diş sarımsak (dövülmüş)
birkaç damla acı biber sosu (ya da Tabasco sosu)

Zencefilli tavuk suyunu hazırlamak için, tavuk parçaları, taze zencefil parçaları, taze soğanlar ve taze kişniş dallarını bir tencereye koyup, tencereye 2 litre (8 su bardağı) su ekleyerek, orta ateşe oturtun ve suyu bir taşım kaynatın. Kaynayınca yüzeyinde biriken köpükleri atıp, ateşi kısarak, tencerenin kapağını kapatın ve tavuk parçalarını 2 saat pişirin.

Piştirme süresinin sonunda tencereyi ateşten alıp, tavuk parçalarını delikli kepçeyle bir tabağa çıkarın (başka bir tarifte kullanabilirsiniz). Tencereye tavuk suyunu küçük bir tencere üstüne oturtulmuş tel süzgeçten tencereye geçirip (süzgeçte kalan sebzeleri atın), tencereyi bir kenarda ılındırdıktan sonra, buzdolabına kaldırarak en az 4 saat soğutun (yüzeyinde katı bir yağ tabakası oluşmalıdır).

Bekletme süresinin bitimine 1 saat kala, eti alüminyum folyoya sararak, derin dondurucuda 50 dakika bekletin (yarı yarıya donmalıdır).

Buzdolabındaki tencereyi ve derin dondurucudaki folyoya sarılı eti çıkarın. Banma sosunu hazırlamak için, acı biber sosu (ya da Tabasco sosu) dışında bütün sos malzemesini bir kâsede çatalla çırpın.

Tencereye tavuk suyunun yüzeyinde oluşmuş kalın yağ tabakasını dikkatlice alarak, atın. Tencereyi kısık ateşe oturtup, tavuk suyunu ağır ağır ısıttıktan sonra kâsedeki sosa, tencereye tavuk suyundan 4 çorba kaşığı karıştırıp, acı biber sosunu da ekleyerek, karıştırdıktan sonra, kâseyi bir kenara bırakın.

Eti alüminyum folyodan çıkarıp, çok keskin bir bıçakla, ince dilimleyin. Et parçalarını bir servis tabağının ortasına yerleştirin, çevrelerine kümeler halinde mantarlar, sultani bezelyeler, kırmızı dolmalık biber şeritleri, çinlahanaları ve ıspanak yapraklarını yerleştirin.

Ateşteki tavuk suyuna ince doğranmış taze soğanlar, sarımsaklar, zencefil parçaları ve kişniş (ya da maydanoz) dallarını ekleyip, ateşi biraz açarak, bir taşım kaynatın. Sonra tencereyi ateşten alıp, zencefilli tavuk suyunu, ısperto ocağı üstüne yerleştirilmiş bir fondu kabına boşaltın.

İsperto ocağını, üstündeki fondu kabıyla birlikte masanın ortasına yerleştirin. Sofrada her kişinin oturduğu yere bir kâse, bir çorba kaşığı ve bir çatal (ya da tahta çubuklar; isteğe bağlı) yerleştirin. Fondu kabına etler ve sebzelerden biraz koyup, zencefilli tavuk suyu içinde 30 saniye -1 dakika haşladıktan sonra, metal maşayla çıkararak, 4 kâseye bölüştürün; işlemleri bütün malzeme bitinceye kadar sürdürün.

Fondu kabında kalan tavuk suyunu bir tencereye aktarın, tencereyi orta ateşe oturtun. Tavuk suyu kaynamaya başlayınca tencereyi ateşten alıp, yeniden fondu kabına aktarın ve erişte parçalarını ekleyerek, 2 - 3 dakika haşlayın. Erişteleri ve kapta kalan suyu kâselerdeki et - sebze karışımının üstüne bölüştürün (tümü, çubuklarla ya da çatalla, sosa banılarak yenektir).