



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ROGAN JOSH

800 gr. ince kesilmiş kuzu eti
Acı biber, tuz
4 adet soğan (doğranmış)
Taze kişniş
1 adet sarımsak (ezilmiş)
Zeytinyağı
1 tatlı kaşığı zencefil (ezilmiş)
Yoğurt sosu 2 tatlı kaşığı garam masala baharatı
2 tatlı kaşığı kaküle (ezilmiş)
1 tatlı kaşığı turmeric baharatı
1 adet domates

Tavaya zeytinyağı konulur, orta ateşte ısınınca içine doğranmış soğan, sarımsak ve zencefil atılır. 25 dakika ocakta tutulur. Hazırlanan soğanlı karışımın üçte biri bir kenara alınır. Kalanların içine turmeric, tuz, 1 tatlı kaşığı garam masala eklenerek 5 dakika pişirilir. Daha sonra doğranmış domates eklenir, yumuşayınca kadar 5 dakika pişirmeye devam edilir. Kuzu etleri eklenerek biraz çevrilir. Kuzu etlerinin üzerini örtecek kadar su eklenir; tavanın kapağı kapatılıp kısık ateşte iki saat ara sıra karıştırılarak pişirilir. İki saat sonra kalan garam masala, üçte biri ayrılan soğanlı karışım, taze kişniş, kakule tozu eklenir ve karıştırılır, 5 dakika daha pişirilir. Üzerine yoğurt sos döküldükten sonra servis yapılır.

