



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK ERİŞTE SALATASI (ÇİN)

200 g dana bonfilesi (ince şeritler halinde kesilmiş)
4 çorba kaşığı sirke (tercihen pirinç sirkesi)
1 çorba kaşığı sarımsak (ince kıyılmış)
bir tutam zencefil (isteğe bağlı)
250 g sultani bezelye (kılçıkları ayıklanmış)
1 çorba kaşığı ayçiçek yağı
250 g erişte
1/4 tatlı kaşığı tuz
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
1/2 çorba kaşığı susamyağı (ya da natürel zeytinyağı)

Bonfile şeritlerini ateşe dayanıklı bir cam kaba koyup, bir kenara bırakın. Sirke, sarımsak, zencefili (isteğe bağlı) küçük birtencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak birtaşım kaynatın. Kaynayınca tencereyi ateşten alıp, içindeki karışımı bonfile şeritlerinin üstüne dökerek, şeritleri oda sıcaklığında 15 dakika bekletin.

Bu arada sultani bezelyeleri kaynar suda 30 saniye haşlayıp, bir süzgeçte süzerek, soğuk su altında diriltin. Sonra sularını yeniden iyice süzdürüp, bir salata kâsesine aktarın.

Bonfile şeritlerini süzün (süzdüğünüz baharatlı suyu saklayın). Ayçiçek yağını kalın dipli birtavaya koyup, tavayı orta ateşe oturtarak yağı ısıtın. Isınınca bonfile şeritlerini tavaya koyup, pembe renklerini yitinceye kadar (3-4 dakika) karıştırarak kavurun; sonra delikli spatulayla şeritleri bezelyelerin bulunduğu kâseye aktarın. Şeritlerin süzmüş olduğunuz baharatlı suyunu tavaya koyup, bir taşım kaynatın. Kaynamaya başladıktan sonra 1 dakika daha pişirip, tavayı ateşten alarak bir kenara bırakın.

Bir tencereye 3 litre (yaklaşık 13 su bardağı) su koyup, orta ateşe oturtarak bir taşım kaynatın. Kaynayınca tuzun 1 tatlı kaşığını ve erişteyi ekleyip, erişte yumuşayınca (ama diriliklerini bütünüyle yitirmemelidirler) kadar (yaklaşık 4 dakika) haşlayın. Tencereyi ateşten alıp, erişteyi bir süzgeçte süzdükten sonra, soğuk su altında çalkalayın. Suyunu yeniden süzdürüp, kâsedeki bonfile şeritleri ve bezelyelerin üstüne boşaltın.

Tavadaki baharatlı karışımı da kâseye boşaltıp, kalan 1/4 tatlı kaşığı tuz, karabiber ve 1/2 çorba kaşığı susamyağını (ya da zeytinyağını) ekleyerek, salatayı iyice karıştırın. Kâseyi buzdolabına kaldırıp, salatayı en az 20 dakika soğuttuktan sonra, servis yapın.

Not: Bu doyurucu salata, ana yemek olarak da servis yapılabilir.