



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÖĞÜŞ (İZMİR)

<https://www.aksam.com.tr>

200 gram kuzu beyin
300 gram kuzu yanak
300 gram kuzu dil
Yarım demet kıyılmış maydanoz
3 domates
2 kırmızı soğan
Tuz
Karabiber
Kimyon
Kırmızı pul biber
Lavaş ekmeği

Öncelikle beyin, yanak ve dili bir gece önceden haşlayın. İnce ince dilimleyip buzdolabında bekletin. Ertesi gün söğüş malzemeleri olan baharat, maydanoz ve tuz ile tatlandırın. Domatesleri küp şeklinde, kırmızı soğanları da piyazlık doğrayın. Lavaş ekmeğinin arasına tüm malzemeleri paylaşdırın ve rulo şeklinde sarın. Püf noktası ise kellei bir gece önceden dolapta bekletilirse daha yumuşak olacaktır. Etleri haşladıktan sonra delikli süzgeçle bir süre, kenarda bekletin. Baharatları eklemeyi unutmayın.

Not: Söğüşün anayurdu Balkanlardır. Bursa göçmenleri getirmiş, İzmir'in sokak lezzetidir. Atalarımız demişler 'Gözünün yağını yiyim'. Kellenin en lezzetli yeri gözdür. Dili, yanağı her şeyi sağlıklıdır. Beyni bilhassa çocuklara, bebeklere doktorlar tavsiye eder. Gelişim yetersizliği bulunan çocuklar için doktorlar kuzu beynini önerir.

