



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAJİN (FAS)

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

500 g kuzu eti (ya da tavuk)
2 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet büyük soğan (doğranmış)
2 diş sarımsak (ezilmiş)
2 adet havuç (doğranmış)
1 adet patates (doğranmış)
1 su bardağı nohut (haşlanmış)
1 tatlı kaşığı zerdeçal
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı tarçın
Tuz ve karabiber (isteğe bağlı)
3 su bardağı su
1/2 su bardağı kuru kayısı (isteğe bağlı)
Taze nane ve maydanoz (süsleme için)

Zeytinyağını derin bir tencerede ısıtın. Doğranmış soğanları ekleyin ve pembeleşene kadar kavurun. Ardından, kuzu etini ekleyip, her tarafını mühürleyin.

Sarımsağı ekleyin, ardından havuç ve patatesleri de tencereye ilave edin. Karıştırarak birkaç dakika pişirin.

Zerdeçal, kimyon, tarçın, tuz ve karabiberi ekleyin. Tüm malzemeleri iyice karıştırın.

Haşlanmış nohudu ve suyu ekleyin. Karışımı kaynamaya bırakın, ardından ocak kısık ateşe alın ve kapağını kapatın.

Yaklaşık 1.5-2 saat kadar, etler yumuşayana kadar pişirin. Arada kontrol edin, gerekirse biraz su ekleyebilirsiniz.

Piştikten sonra kuru kayısıları ekleyin ve birkaç dakika daha pişirin. Tajine'yi sıcak olarak taze nane ve maydanoz ile süsleyerek servis yapın.

