



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TÜRLÜ (YAZ SEBZELERİYLE)

300 gram kuzu eti
140 gram sadeyağı, ya da margarin (7 1/2 çorba kaşığı)
150 gram soğan (2 orta)
300 gram ayşekadın fasulyesi
400 gram kabak
400 gram patlıcan
150 gram bamya
400 gram domates (3 büyük)
6 adet yeşil biber
4 bardak su, ya da et suyu
1/2 kahve fincanı sirke
Tuz

1 Bir kuşaneye iki buçuk silme çorba kaşığı sadeyağı, ya da margarin, küçük kesilmiş 2 orta baş soğan, kemikli olarak kuşbaşı doğranmış 300 gram kuzu eti ile 1 tatlı kaşığı da tuz koyarak, etler suyunu salıp da tekrar çekinceye kadar arada bir karıştırmak suretiyle orta ateşte 20 - 25 dakika kadar pişirneli ve ateşten alarak bir tarafa bırakmalıdır.

2 Etler pişmekte iken, diğer taraftan da 300 gram ayşekadın fasulyesinin yanlarındaki kılçıkları sıyrıcasına ince kesip attıktan sonra ortalarından ikiye kesilmiş'olarak, içinde su olan tencereye atmalı, 400 gram kabağın üstlerini kazıdıktan sonra uzunluklarına dörde bölmeli ve içlerindeki çekirdek kısımlarını da kesip attıktan sonra ikişer parmak eninde küçük parçalara kesilmiş olarak bunları da fasulyelerin bulunduğu suya atmalı, sonra 300 gram patlıcanların üstlerindeki kabukları alaca denen yani bir parmak eninde tıraş edercesine ince kesmek, bir parmak kabuk bırakmak suretiyle soyduktan sonra uzunluklarına ortalarından ikiye kesmeli ve patlıcanları da ikişer parmak eninde küçük parçalara keserek, bunları da içinde bol tuzlu su olan ayrı bir tencereye atmalı, sonra 150 gram bamyanın tepelerini külâhvarı tıraş edercesine aldıktan sonra (Şekil: 44) bunları küçük bir kaba koymalı ve üstlerine de 1 çorba kaşığı tuz ile yarım kahve fincanı sirke katarak harmanlamak suretiyle bir karıştırmalı, bamyaları da bir tarafa bırakmalıdır. (Fasulyelerin kesinlikle kart olmamalarına önemle dikkat etmelidir).

3 Ayıklanmaları sona erince; önce kabak ve fasulyelerin sularını dökerek, bunlara; 1 bardak su ya da et suyu ile 2 silme çorba kaşığı margarin ya da sadeyağı katarak, tencerenin kapağını kapatmalı ve tenceredeki sebzeler kendini çekinceye kadar arada bir tencereye sallamak suretiyle bunları, önce kuvvetli, sonra da orta kuvvetteki ateşte 15-20 dakika pişirmeli ve tencereyi ateşten alarak bir tarafa bırakmalıdır.

4 Bundan sonra, bir tava ya da kuşaneye; kalan 3 silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarini koyarak, kızdırmalı ve kızdırılmış bu yağa; küçük kesilmiş, tuzlu suda bırakılmış, sonra da hafifçe sıklamak suretiyle suyu çıkarılmış patlıcanları atarak, patlıcanlar hafif pembe bir renk almaya kadar arada bir karıştırmak suretiyle kızartmalı, tavayı da ateşten alarak bunları da bir tarafa bırakmalıdır.

5 Çeşitli sebzelerin az pişirilerek hazırlanmaları sona erince kabak ve fasulyelerin bulunduğu tencereyi tekrar alarak, buna önce, yarım saat kadar tuz ve sirkede yatırılmış, sonra da iki su iyice yıkanmış bamyaları koymak, bunların üstlerine, yağı ile birlikte az pişmiş soğanlı etleri yarararak yerleştirmeli, etlerin üstlerine de patlıcanları döşedikten sonra bunların üstlerine de halkalara doğranmış kalan domateslerle 6 adet yeşil biberleri oturtmalıdır.

6 Türünün tencereye döşenmesi sona erince, bunlara; 2 tatlı kaşığı tuz ile, kalan 3 bardak su, ya da et suyunu da katarak tencerenin kapağını kapatmalı ve özellikle fasulyeler iyice yumuşak bir hal alınca kadar bunları orta kuvvetteki ateşte bir - bir çeyrek saat pişirmeli ve servis yapmalıdır.