



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL GÖMLEKLİ KUZU

Adese Restaurant ETLİK

Malzemeler

750 gr. kuzu kuşbaşı,
500 gr. ıspanak,
3 adet kuru soğan,
2 adet yeşil biber,
250 gr. rendelenmiş kaşar peyniri,
1 kahve fincanı ayçiçek yağı,
1 tatlı kaşığı tereyağı,
karabiber,
tuz.

Beşamel sos için malzemeler:

2 çorba kaşığı ayçiçek yağı,
1 çorba kaşığı margarin veya 1/2 çorba kaşığı tereyağı,
1 çorba kaşığı un,
1 litre süt,
4 adet yumurta sarısı,
1 çay bardağı su,
tuz.

Hazırlanışı

Derince bir tencereye yağ konur. Üzerine kuşbaşı etler konur. Etler suyunu bırakıp çekinceye kadar pişirilir. Üzerine ince doğranmış 2 adet kuru soğan, ayçiçek yağı, tuz ve karabiber de ilave edilerek birlikte kavrulur. Pişen etler fırın tepsisine yayılır. Ispanak önceden iyice yıkanıp ince ince doğranır. Derin bir teflon tavaya tereyağı konur. 1 adet kuru soğan ince inge doğranır ve kavrulur. Daha sonra ıspanaklar ilave edilir ve bir süre daha kavrulur. Kavrulan ıspanaklar fırın tepsisindeki etlerin üzerine yayılır. Üstüne hazırlanan beşamel sos yayılır. En üste de rendelenmiş kaşar peyniri serpilir. Önceden 180 derece ısıtılmış fırında üzeri kızarana kadar pişirilir. Fırından çıkınca börek gibi kare kare kesilerek servis tabağına alınır, isteğe bağlı olarak kızarmış patates ve domates dilimleri ile süslenerek servis yapılır.

Beşamel sosun yapılışı:

Derince bir tencereye ayçiçek yağı ve margarin konularak kızdırılır. Kızdırılan yağın içerisine 1 çorba kaşığı un eklenir. Unun topaklaşmaması için çırpıcı yardımı ile sürekli karıştırılarak, pembeleşene dek orta ateşte kavrulur. Kavrulan una 1 çay bardağı su, 1 litre süt, 4 adet yumurta sarısı eklenir ve bir çırpıcı yardımı ile çırpılarak muhallebi kıvamına gelene kadar pişirilir.