



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUFKALI SEBZE (KOSOVA)

Doç. Dr. S. Dilek YALÇIN ÇELİK

Yufkanın hamuri için:

3 yumurta

Bi fincan süt

Bi çay kaşığı tuz

Aldığı kadar un

Bir kaba hepisini atma. İyice karıştırıp üvelema. Çıkan hamurdan üç tane yufka açma.

Sebze için:

Bi kilo pirinç

Bi kilo parça et

250 gr yağ

İki baş soğan

İki çorba kaşığı boyama

İki çay kaşığı tuz

Bir yerde bi kilo parça eti bol suyla kaynatırma. Önce ince ince kıydığımız soğanları yağda kızartırız, üstüne suyu, pirinçi, tuzu, boyamayı atıp kısık ateşte kaynamaya bırakırız. Kaynadıktan sora üçe ayırırız.

Şimdi elimizde üç tane yufka, üç tane sebze pilafı. Tepsie önceden açtığımız bir yufkayı, üzerine bir kaptaki pilafı, sora tekrar yufkayı tekrar pilafı ve en son olarak ta tekrar pilafı dizeriz. Üzerine önceden kaynattığımız parça etleri pilafın üzerine dizeriz. Ve furunda kızartırız. (Kaynak Kişi: Mediha Altıparmak)

Not: Pilav, bölgede özellikle soğan ve kimi diğer sebzeler ile birlikte fırında pişirilerek değişik bir tat almaktadır. Yukarıdaki yemek tarifine bakıldığı zaman pirincin, et gibi, sebze gibi yemeklerde kullanılan asıl malzeme yerini tuttuğu görülmektedir. Pirinç, bölge mutfağında hemen her yemekte yerini alır. Dolma ve sarmalarda, sebze yemeklerine yapılan ilavelerde (ıspanak yemeklerine yapılan ilaveler gibi), hamurışı yemeklerde ve tatlılarda (sütlaç gibi).