



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUVALAMA (GAZİANTEP)

<https://acunn.com>

1 su bardağı pirinç (Tercihen sarı çeltik veya Karacadağ pirinci)

130 gr çiğköftelik kıyma(sıfır sinir ve sıfır yağsız)

Yarım çay kaşığı Toz Karabiber

Tuz

Sos için:

250 gr kuşbaşı doğranmış az yağlı yemeklik et (koyun)

Yarım su bardağı haşlanmış nohut

2 su bardağı süzme yoğurt

1 ad küçük yumurta (Large bir yumurta fazla olacağından)

1 tatlı kaşığı un(tercihen)

1 yemek kaşığı kuru nane

1 yemek kaşığı sadeyağ veya zeytinyağı

2 yemek kaşığı sadeyağ veya 2 yemek kaşığı tereyağı

Yemeklik doğranmış kuşbaşı et bir tencerede 4-5 bardak su ilavesiyle kaynatılır. Kaynayan etin kefi alınır. Et piştiği zaman içine daha önceden pişmiş olan nohut ilave edilir.

1 gün önceden 1 su bardağı pirinç yıkanır, suyu süzgeçte süzülürken kendi halinde kurumaya bırakılır. Ertesi gün, kurutulmuş pirinç çekilerek un haline getirilir. (Sıfır dediğimiz şekilde olmasına gerek yok biraz dişe gelmesi tercih edilir.) Çiğköftelik kıyma ve bu çektiğimiz pirinç, yarım çay kaşığı karabiber ve yeterince tuz ilave edilerek elde yoğurulur. Yoğururken kesinlikle su verilerek yoğurulmaz. İlk yoğurma işleminde sert olacaktır ama yoğurdumda sakızlaşacaktır.

Pürüzsüz bir köfte elde edilene kadar yani sakızlanana kadar yoğurulduktan sonra köfteden, nohuttan daha küçük parçalar kopararak, el ayası içinde yuvarlak bilyeler şeklinde yuvarlanır. Yuvarlanan köftelerin muntazam olması için avuç içi işaret parmağı ile arada sırada zeytinyağı ile yağlanır.

Yuvarlanan köfte, süzek içinde buharda (steaming) 5 dk pişirilir. Tencerede pişen etin üzerine veya başka bir tencerenin içine 3 bardak su ilave edilerek, kaynadıktan sonra süzek yerleştirilir ve üzerine tencerenin kapağı kapatılarak buharda 5 dk pişmesi sağlanır. Pişen köfteler geniş bir tepsiye dökülerek soğutulur.

Bu arada 2 su bardağı süzme yoğurt, küçük bir tüm yumurta, 1 yemek kaşığı sadeyağ veya zeytinyağı, 1 tatlı kaşığı un (tercihen) ben kullanmıyorum. Bunların hepsi bir tencerede birleştirilir ve çok kısık bir ateşte sürekli aynı yönde karıştırılarak pişirilir. Bu pişirme sırasında, yoğurt üzerin azar azar pişen etin suyundan ilave edilir. Pişen yoğurt kabarıp kaynamaya başlayınca, içine yuvarlanan köfteler, kalan et suyu, et, nohutun hepsi ilave edilir. Bir taşım kaynadıktan sonra yeterince tuz ilave edilir ve altı kapatılır.

Sadeyağ veya tereyağı bir tavada ısıtılır, tava ocaktan alındıktan sonra kuru nane ilave edilir. (Yağ çok sıcak olursa kuru nanede istediğimiz rengi alamayız.)

Bu yağımız yemeğin üzerine veya tabaklanan yemeğin üzerine gezdirilir. Tabaklanan yuvarlanmanın üzerine çok az karabiber de gezdirilir.



© lezzetler.com tarif no:155364 • adı:Yuvalama (Gaziantep) • gönderen:Eti • indirme tarihi:26.05.2024 - 04:40