



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mutevazi Lezzetler® Azərəcə Yemək Tərifləri

Təşrubə

Teşrube



1 Kg sümüksüz quzu qol
4 Ədəd badımcən
3-4 dal tamət
1 Çay qaşığı qırmızı bibər
2 Çay qaşığı duz
Tərbiyəsi üçün;
1 Ədəd orta boy baş soğan
2 Yemək qaşığı zeytun yağı
1 Çay qaşığı qırmızı pul bibər
1 Çay qaşığı duz
Sosu üçün;
1.5 Stəkan qatıq
Yarım stəkan su
1 Çayqaşığı duz

Ət axşamdan spicəka qutusu böyüklüyündə parçalara doğranır, üzərinə zeytunyağı, duz, kekik, pul bibər və soğan rəndəsindən ibarət olan qarışım tökülür, soyuducunun alt tərəfinə qoyulur.

Sabah ki gün ətler əlavə yağ qoymadan tavada renk alacaq qədər qızartılır, bir qazana qoyulur, üzərinə 3stəkan su əlavə edilərək xaşlanmaya bıraxılır.

Bu arada badımcənlərin bütün qabıqları soyulur, ortadan ikiye bölünür, acısını çıxarmaq üçün duzlu suya qoyulur.

Acısı çıxan badımcənlər, yaxşıca qurulanı, rəng alacaq qədər zeytunyağında qızardılır, xaşlanmaqda olan ətə üzərinə qatılır. (Ət ən az 35 dəqiqə xaşlanmalıdır.)

Vaxtı keçmiş kababçı kökələri kvadrat şəklində kəsilir, düz sərviz boşqabına yerləşdirilir. (1 kökə: 1 pors) üzərinə yumuşaması üçün xaşlama suyu gəzdirilir, ən üstə badımcən, ət uyğun miqdarda qoyulur. Bəzəmək üçün tamət və pul bibər səpilir, sərviz edilir.

Not : Təşrubə Kilisin unudulmaya üz tutmuş ləzzətidir.