Чимен Кебаб

Çimen Kebabı

Пучёк шпината
250 гр.мяса (филе)
3 стол.ложки раст.масла
1 кофейн.чашечка молока
1 небольшая луковица
2 стол.ложки не сладкого йогурта
1 чайн.ложка соли
Пол чайн.ложки чёрн.перца

Перемешать тёртый на тёрке лук, йогурт и порезанное мелкими кусочками мясо, поставить в холодильник на 2 часа.
Шпинат сварить в небольшом количестве воды, воду слить. Переложить в кастрюлю, добавить масло и молоко, потушить на медленном огне 5 минут, посолить.
Мясо положить на тефл.сковоротку, налить 2 стол.ложки раст.масла и обжарить,когда будет почти готово, посолить и поперчить.
Это блюдо готовится на 2 персоны, поэтому половину готового мяса выложить на тарелку, сверху мяса закрыть шпинатом (половины приготовленного).
Подавать горячим.

Маринад это соус, который придаёт более приятный вкус и мягкость мясу.