



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

İspanaqlı Antrkot

İspanaklı Antrkot



Yarım kq. dana antrkot
1 Dəstə ispanaq (yarım kq.)
2 Ədəd orta boy kartof
1 Su stəkanı kaşar pendiri rəndəsi
1 Çay stəkanı süd
1 şiriniyyatqaşığı kərəyağı
2 Çorba qaşığı zeytunyağı
2 Şiriniyyatqaşığı duz
Yarım şiriniyyat qaşığı qara bibər
Yarım şiriniyyatqaşığı kəklik
Yarım şiriniyyatqaşığı toz qırmızı bibər

Bifşteks şəklində hazırlanmış antrkot, susuz və yağsız tavaya düzülər, qapağı bağlanılır, batıq atəşə yerləşdirilər. Qapaq açılmadan 1 saat bişirilər.

İspanaqlar yuyunur, suyu süzülər, incə incə doğranar, yayvan bir qazana qoyular, üzərinə zeytunyağı gezdirilər, bir şiriniyyat qaşığı duz və yarım şiriniyyat qaşığı qara bibər səpilər.

Qazanın qapağı bağlanılır, batıq atəşdə ispanaqlar yumşalana qədər bişirilər.

Kartoflar qaynadılar, tam soyumadan soyular, süd və kərəyağı əlavə olunaraq püre edilir, yarım şiriniyyat qaşığı duz qatılır.

Hazırlanan kartof püresi, bişən ispanağın üzərinə təbəqə halında yayılır, üzərinə rəndə kaşar səpilər. Ən üstə toz qırmızı bibər atılır, batıq atəşdə qarışdırmadan, kaşar əriyənə qədər qapaqlı olaraq bişirilər.

Düz xidmət qabının kənarına bişmiş antrkot yerləşdirilər, üzərinə kəklik, bir az duz səpilər, yanına hazırlanan ispanaqlı pürelə qarışıq qoyular.

İsti olaraq xidmətə təqdim edilir.

Not: İspanaqlı pürelə qarışıq, 185 dərəcə sobada da bişirilə bilər.