

Firikli Yeşil Mercimekli Kuzu Tava

Toplam 38 dk

Hazırlama 16 dk · Pişirme 22 dk

4 kişilik

Orta

~338 kcal

Açlık bar 9/10

Gaziantep usulü firikli yeşil mercimekli kuzu tava, kuzu etini firik ve mercimekle buluşturarak isli, tok ve kuvvetli bir ana yemek kurar.

Malzemeler

- 450 gr Kuşbaşı kuzu eti
- 1 su bardağı Firik
- 1 su bardağı Haşlanmış yeşil mercimek
- 2.5 su bardağı Su

Yapılışı

1. Kuzu etini iri kuşbaşı olarak tavada 6 dakika mühürleyin.
2. Firiği yıkayın ve etin yanına ekleyin.
3. Firiği et yağlarıyla 3 dakika kavurun, taneler lapalaşsın.
4. Önceden pişmiş yeşil mercimek ve sıcak suyu tavaya katın.
5. Kısık ateşte 12 dakika pişirin, mercimek dağılmasın ve sıklıkla karıştırmayın.
6. Tavayı 5 dakika dinlendirip etleri üstte kalacak şekilde servis edin.
7. Mercimekli firiği tabağa yaymadan önce fazla suyunu tavada bırakın.

PÜF NOKTASI

Firiği önce kısık kavurmak tavada daha belirgin bir is aroması bırakır.

SERVIS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin, yanında cacık ya da mevsim salatası sunun.

Alerjenler

Gluten