ISPANAK KÖKÜ KUŞHANE

1 kg. ıspanağın sap ve kök kısmı
Yarım kg. tavuk kuşbaşı
2 Adet orta boy kuru soğan
1 Çay bardağı sıvıyağ
1,5 Tatlı kaşığı tuz
Terbiyesi İçin;
1 Çay bardağı süt
1 Adet yumurta
1 Çorba kaşığı un

Ispanakların sap ve saçaksız kök kısımları kalacak şekilde ayıklanır, yıkanır. Sap kısımları 2 parmak kalınlığında doğranır.
Yemeklik doğranmış kuru soğan sıvıyağda kavrulur. Soğan yumuşayınca kuşbaşı doğranmış tavuk eti ilave edilir.
Tavuk eti suyunu salıp çekince hazırlanan ıspanak sap ve kökleri eklenir, 10 dakika kadar kapaksız kavurduktan sonra tuz ve 1 su bardağı sıcak su katılır.
Tencerenin kapağı kapatılır, ocak kısık konuma ayarlanır, 15 – 20 dakika pişirmeye bırakılır.
Bu arada süt, yumurta ve un iyice çırpılarak terbiye hazırlanır.
Pişen yemeğin suyundan 2 – 3 çorba kaşığı terbiyeye eklenir, iyice karıştırılır.
Terbiye ıspanak kökü kuşhaneye birden dökülür, birkaç dakika pişirilir, ocaktan alınır.
Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Ispanak kökü kuşhane yazarın anneannesine ait eski bir tariftir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 882 | Adı: Ispanak Kökü Kuşhane | İndirme tarihi: 18.08.2025 - 06:26