

Fransız Güveci: Cassoulet

Beyaz fasulye, ördek konfit, domuz eti ve sosislerle otantik Fransız Cassoulet tarifi. Bu zengin geleneksel güvec sabır gerektirir ama inanılmaz lezzet sunar.

15 min

HAZIRLIK

6h

PIŞIRME

6h 15min

TOPLAM

4

PORSİYON

Medium

ZORLUK



Malzemeler

- 1 libre kuru fasulye
- 10 bardak tavuk suyu
- 1 bardak domates
- 4 ons domuz göbeği
- 4 sosis
- 3 diş sarımsak
- 2 defne yaprağı
- 6 karanfil
- 1 çay kaşığı muskat
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Yapılışı

1 Fasulyeleri hazırlayın

1 su bardağı beyaz fasulye büyük bir kasede soğuk suyla 7-8 cm üzerini geçecek şekilde örtün. En az 8 saat veya bir gece boyunca bekletin. Süzüp iyice durulayın.

2 Fasulyeleri haşlayın

Bekletilmiş fasulyeleri büyük bir tencereye koyup taze suyla 5 cm üzerini geçecek şekilde örtün. Yüksek ateşte hızla kaynatın ve 5 dakika pişirin. Fasulyeleri süzüp bir kenara koyun.

3 Fasulyeleri pişirin

Fasulyeleri 10 su bardağı tavuk suyuyla tencereye geri koyun. 3 diş sarımsak, 2 defne yaprağı ekleyin ve orta-yüksek ateşte kaynatın. Orta-düşük ateşe indirip 45 dakika, köpük alarak, fasulyeler yumuşak ama şekillerini koruyacak şekilde haşlayın.

4 Etleri hazırlayın

4 adet ördek konfit bacağını eklemlerde parçalara ayırın. 500g domuz göbeğini 5 cm'lik küpler halinde kesin. 100g tuzlu domuz etini küçük parçalar halinde doğrayın.

5 Make garlic paste

Mutfak robotunda doğranmış tuzlu domuz etini kalan sarımsaklarla birleştirin. Yapışkan bir macun oluşana kadar 15 saniye çalıştırın. Bir kenara koyun.

6 Etleri kavurun

Büyük bir tavayı orta ateşte ısıtın. Ördek parçalarını deri tarafı aşağıda 5 dakika altın rengi olana kadar kavurun, çevirin ve diğer tarafını kavurun. Tabağa alın. 6 adet Fransız sosisini her taraftan 4'er dakika kavurun. Çıkarıp kenara koyun. Domuz göbeği küplerini her taraftan 3-4 dakika altın rengi olana kadar kavurun. Tüm etleri soğuyana kadar buzdolabına koyun.

7 Fasulyeleri baharatlayın

Fasulyeler yumuşadığında ateşten alıp 1 saat soğutun. Sarımsak-tuzlu domuz macununu, 1 çay kaşığı galeta unu, 1 çay kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ekleyip iyice karıştırın.

8 Süzün ve sıvıyı saklayın

Fasulye karışımını büyük bir kasanın üzerine yerleştirilen ince elekten süzün. Hem fasulyeleri hem de pişirme sıvısını ayrı ayrı saklayın.

9 Cassoulet'yi yerleştirin

Fırını 160°C'ye ısıtın. Fasulyelerin yarısını Dutch oven veya cassoulet kabına yayın. Ördek parçaları ve domuz göbeğini fasulyelerin üzerine dizin, ardından kalan fasulyelerle örtün. Sosisleri görünür kalacak şekilde yüzeye kısmen yerleştirin.

10 First bake

Saklanan pişirme sıvısını fasulyeleri örtecek kadar dökün. Üstü açık 3 saat pişirin, oluşan kabuğu nazikçe kırarak ve kurumayı önlemek için gerekirse sıvı ekleyerek.

11 Soğutun ve dinlendirin

Fırından çıkarıp 1 saat soğutun. Üzerini örtüp bir gece buzdolabında dinlendirin.

160°C'de üstü açık 1½ saat, üste altın kabuk oluşana kadar pişirin, yüzey kuru görünüyorsa sıvı ekleyin. Sıcak servis etmeden önce 15 dakika dinlendirin.

Besin Değerleri

703	47g	38g	31g	12g	8g	2,625mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Düzenli pişirme sağlamak ve pişirme süresini azaltmak için fasulyelerinizi en az 8 saat veya bir gece boyunca soğuk suda bekletin.

Uzun pişirme süreci boyunca yanmayı önlemek ve eşit ısı dağılımı sağlamak için her zaman kalın tabanlı bir Dutch oven veya cassole kabı kullanın.

Mümkün olduğunda ev yapımı et suyu kullanın, ancak hazır alınmış kullanıyorsanız, son yemekteki tuz seviyesini kontrol etmek için az tuzlu çeşitleri tercih edin.

Tüm etlerin montajdan önce iyice kavrulmasını sağlayın, böylece tüm yemeği zenginleştirecek derin, karmaşık lezzetler gelişir.

Kabuğu kırarken çok bastırmayın - kabuğun bütünlüğünü korurken nemin yükselmesine izin vermek için yüzeyi nazikçe kırın.

En iyi lezzet gelişimi ve servis yaparken daha kolay dilimleme için ilk pişirmeden sonra cassoulet'yi bir gece dinlendirin.

Pişirme sırasında cassoulet kuruyormuş gibi görünürse nem eklemek için ekstra sıcak et suyu bulundurun.

Lezzetlerin oturmasına izin vermek ve son derece sıcak içerikten yanmaları önlemek için bitmiş cassoulet'yi servis etmeden önce en az 15 dakika dinlendirin.