

Hünkar Beğendi

Geleneksel Osmanlı Hünkar Beğendi tarifi - közlenmiş patlıcan püresi, kuzu eti ve beşamel soslu. Özel günler için mükemmel bir saray yemeği.

20 min

HAZIRLIK

35 min

PIŞIRME

55 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Medium

ZORLUK



Malzemeler

- 1 libre kuşbaşı et
- 1 soğan
- 4 diş sarımsak
- 1 domates
- 2 yemek kaşığı domates salçası
- 4 patlıcan
- 3 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı tereyağ
- 2 yemek kaşığı un
- 1 bardak süt
- 2 bardak su
- 100 g kaşar peynir
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Yapılışı

- 1 Patlıcanları hazırlayın**

Fırını 200°C'ye (400°F) ısıtın. 4 patlıcanı her yerine bıçakla delik açarak, patlamaması için her 5 cm'de bir derin delikler açın.
- 2** Patlıcanları fırın tepsisine yerleştirin ve kabuğu tamamen kararmış ve eti bastırdığınızda çok yumuşak hissedilene kadar, yarıda bir kez çevirerek 40-45 dakika pişirin.
- 3** Patlıcanları fırından çıkarın ve her birini hemen plastik filmle sarın. Tutabilecek kadar soğuyana kadar 15 dakika bekletin.
- 4** Tüm kararmış kabukları soyun ve eti bir kaba alın, büyük çekirdek kısımlarını atın. Eti çatalla çoğunlukla pürüzsüz ama yine de hafif parçalı olana kadar ezin.
- 5 Kuzu etini pişirin**

Büyük kalın tabanlı bir tavada 2 yemek kaşığı zeytinyağını orta-yüksek ateşte ısıtın. 1 doğranmış soğan ekleyin ve yumuşak ve saydam olana kadar 3-4 dakika pişirin.
- 6** 4 diş dövülmüş sarımsak ekleyin ve kokulu olana kadar 30 saniye pişirin. 1 pound kuşbaşı kuzu eti ekleyin ve her tarafı kızarana kadar sık karıştırarak 8-10 dakika pişirin.
- 7** 4 doğranmış domates, 2 çay kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber ekleyin. Ateşi orta-düşüğe alın ve kuzu yumuşak olup sıvı çoğunlukla buharlaşana kadar 15-20 dakika kaynatın.
- 8 Patlıcan püresini yapın**

Büyük bir tencerede 3 yemek kaşığı tereyağını orta ateşte eritin. 1 yemek kaşığı un ekleyin ve açık altın rengi bir roux oluşturmak için 2 dakika sürekli çırpın.
- 9** Yavaşça 1 su bardağı ılık süt ilave edin, topak olmasını önlemek için yavaş yavaş ekleyin. Çırpmaya devam edin ve karışım kaşığının arkasını kaplayacak kadar koyulaşana kadar 3-4 dakika pişirin.
- 10** Süt karışımına ezilmiş patlıcan eti ve 100g rendelenmiş peynir ekleyin. Peynir eriyip karışım pürüzsüz ve kremalı olana kadar orta ateşte 5-7 dakika sürekli karıştırın.
- 11** Patlıcan püresini tuz ve karabiberle tatlandırın. Ara ara karıştırarak düşük ateşte sıcak tutun.
- 12 Serve**

Sıcak patlıcan püresini 4 servis tabağına eşit olarak yayın. Her porsiyonun üzerine kuzu karışımından koyun ve sıcakken hemen servis edin.

Besin Değerleri

487	27g	18g	23g	8g	12g	1,638mg
KALORI	PROTEİN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En iyi lezzet ve doku için büyük, parlak bostan patlıcanları seçin. Bulamazsanız, büyük küre patlıcan da gayet iyi sonuç verir.

Patlıcan etindeki büyük çekirdekleri mutlaka kontrol edin ve çıkarın, çünkü püreyi acı ve kum gibi yapabilirler.

En otantik dumanlı lezzet için patlıcanları doğrudan gaz alevi üzerinde veya ızgarada kabuğu tamamen kararmış ve kabarmış olana kadar közleyin.

Fırın kullanıyorsanız, eşit kızılma için yarı sürede bir kez çevirerek 200°C'de (400°F) 40-45 dakika pişirin.

Kremalı patlıcanı tamamlayacak derin, zengin lezzetler geliştirmek için eti tüm sıvı buharlaşıp parçalar iyice kızarana kadar pişirin.

Otantik lezzet için kaşar veya tulum gibi olgunlaşmış peynir kullanın, ancak Türk peynirleri bulunamıyorsa olgunlaşmış kaşar veya gruyere mükemmel alternatiflerdir.

Patlıcan püresinde topak oluşmaması için beşamel sosunu düşük ateşte yavaşça pişirin ve sürekli çırpın.

Pişen patlıcanı pişirmeden sonra plastik filmle sarıp 15 dakika dinlendirin - bu kabuğun çok daha kolay ve temiz soyulmasını sağlar.