

Hint Usulü Mercimekli Sebze Köri

Süre: 55 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 20 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 35 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 6 kişilik

Malzemeler:

- 1,5 su bardağı kırmızı mercimek
- 1 küçük karnabahar
- 1 havuç
- 1 kuru soğan
- 2 domates
- 1 su bardağı Hindistan cevizi sütü
- 1 yemek kaşığı köri
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- Tuz
- 3 su bardağı sıcak su

Ön Hazırlık:

1,5 su bardağı kırmızı mercimek, 1 küçük karnabahar ve 1 havuç malzemelerini ölçün. Sebze ve meyveleri bol suyla yıkayıp tamamen kurutun. Pişen ve çiğ tüketilen bileşenler için ayrı kaplar kullanın; fırın gereken tariflerde fırını önceden ısıtın. Bütün malzemeleri başlamadan önce tezgâha almak pişirme süresinin ve kıvamın kontrolünü kolaylaştırır. Doğranan parçaları benzer büyüklükte tutun; böylece biri dağılırken diğeri sert kalmaz. Sütlü, yumurtalı, etli veya tavuklu malzemeleri kullanacağınız ana kadar buzdolabında bekletin. Servis saatini hesaba katarak sıcak ve soğuk bileşenlerin hazırlık sırasını önceden belirleyin.

Servis Önerisi:

Yemeği dinlendirdikten sonra yoğurt ve tam tahıllı ekmekle servis edin. Servis miktarını eşlik eden yemeklere göre dengeli porsiyonlayın. Porsiyonları hazırladıktan sonra uzun süre açıkta bekletmeyin; eşlikçileri ana tarifin tadını bastırmayacak ölçüde ve mevsime uygun seçin.

Yapılışı:

1. Mercimek ve sebzeleri hazırlayın:

Kiraz'ın Mutfağı

- Kırmızı mercimeği berrak su çıkana kadar yıkayıp süzün. Karnabaharı küçük çiçeklere ayırın; havuç, soğan ve domatesleri doğrayın.
- Hindistan cevizi sütünü kutu içeriği homojenleşene kadar çalkalayın.

2. Köri tabanını kavurun:

- Sıvı yağda soğanı yumuşatın. Köri ve zerdeçalı ekleyip kokuları çıkana kadar kısa süre karıştırın.
- Baharatları yakmamak için ateşi orta seviyede tutun.

3. Mercimek ve sebzeleri pişirin:

- Havuç, karnabahar, domates ve mercimeği tencereye ekleyin; karıştırıp 3 su bardağı sıcak suyu ilave edin.
- Kapağı aralık bırakarak mercimek ve sebzeler yumuşayana kadar yaklaşık 20 dakika pişirin; ara sıra karıştırın.

4. Hindistan cevizi sütüyle tamamlayın:

- Hindistan cevizi sütünü ekleyip kısık ateşte 8–10 dakika daha pişirin.
- Köri koyulaşıp mercimekler dağılmadan yumuşadığında tuzunu kontrol edin ve sıcak servis edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Et veya tavuk kullanılan tarifte merkez tamamen pişmeli ve pembe bölüm kalmamalıdır. Sebzeler biçimini korurken çatalı zorlamamalı; yemeğin suyu tabağın dibinde birikmek yerine malzemeleri kaplamalıdır. Yüksek ateş yüzeyi kurutuyorsa ısıyı düşürün; servis öncesinde en kalın parçayı keserek iç dokuyu kontrol edin.

Saklama:

Yemeği oda sıcaklığında iki saatten fazla bekletmeden sığ bir kaba aktararak soğutun. Buzdolabında iki güne kadar saklayın ve yalnız tüketilecek porsiyonu bir kez, içi tamamen ısınacak şekilde yeniden ısıtın.

>> **İpucu:** Köri baharatını yağda kısa süre çevirerek aromasını belirginleştirin ancak yakmayın.

Kiraz'ın Mutfağı