

Yuzu yoğurtlu ve meyveli kuzu tajin

toplam süre **55 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 45 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.340 kJ / 560 kcal

Yağ: **30 gr** Protein: **30 gr**
Karbonhidrat: **35 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

360 gr	kuzu kolu (küp küp doğranmış)
100 gr	soğan (ince dilimler halinde kesilmiş)
400 ml	su veya sebze suyu
20 ml	kanola yağı
2 tutam	toz tarçın
2 tutam	toz kimyon
40 gr	kuru kayısı
40 gr	kuru erik
40 gr	kuru üzüm
70 ml	<u>Kikkoman Ponzu Yuzu Soya Sosu</u>
160 gr	sade yoğurt Süslemek için birkaç dal nane veya kişniş

HAZIRLANIŞ

Adım 1

360 gr kuzu kolu (küp küp doğranmış) - **100 gr** soğan (ince dilimler halinde kesilmiş) - **400 ml** su veya sebze suyu - **20 ml** kanola yağı - **2 tutam** toz tarçın - **2 tutam** toz kimyon - **40 gr** kuru kayısı - **40 gr** kuru erik - **40 gr** kuru üzüm
Kuzu etini, soğan ve baharatlarla birlikte kanola yağında bir tencerede mühürleyin. Kuru kayısı, kuru erik ve kuru üzümü ekleyin. Üzerini örtecek kadar su veya sebze suyu ilave edin. Kapağı kapalı şekilde yaklaşık 45 dakika kısık ateşte pişirin.

Adım 2

40 ml Kikkoman Ponzu Yuzu Soya Sosu
45 dakikanın sonunda Kikkoman Ponzu Citrus Seasoned Soy Sauce - Yuzu'yu tencereye ekleyin ve iyice karıştırın.

Adım 3

160 gr sade yoğurt - **30 ml** Kikkoman Ponzu Yuzu Soya Sosu - Süslemek için birkaç dal nane veya kişniş
Yoğurdu Kikkoman Ponzu Citrus Seasoned Soy Sauce - Yuzu ile karıştırın. Kuzu ve meyvelerle birlikte servis edin. Nane veya kişniş yapraklarıyla süsleyin.