



Bulgarije

Кебап с кисело мляко - Кебар с kiselo mljako

Lamsvlees met yoghurt

800 gr. mager lamsvlees
2 grote uien
4 dl. yoghurt (10% vet)
4 eieren
1 tl. scherp paprika-poeder
peterselie
zout en zwarte peper
peterselie

Snij het vlees in blokjes. Verhit de olie in een pan en bak het lamsvlees daarin 15 minuten, tot het mooi bruin is en al het vocht is verdampt. Ondertussen snij je de uien fijn. Die kunnen er nu bij. Bak het nog eens tien minuten, tot ook de ui goudbruin is.

Ondertussen verwarm je de oven voor op 180°C.

Strooi er het paprika-poeder overheen en meteen daarna een flinke kop water. Kruid het met zout en peper en wat peterselie. Optioneel kan er nog wat tomatenpuree of twee aan stukken gesneden verse tomaten bij. Door het zuur van de tomaten wordt het vlees wat zachter.

Nu gaan we het hele zootje in een ovenpot doen. In Bulgarije zouden we een "gyuvetsj" gebruiken: een pot van aardewerk met een deksel, want we moeten het af kunnen sluiten. Geen gyuvetsj? Neem dan gewoon een ovenschaal en dek hem af met aluminiumfolie. Zorg wel dat het een wat diepere schaal is met een niet te grote diameter, want er moet straks nog een korst van yoghurt en eieren overheen. Zet de lamsvleesschotel in de oven en bak het ongeveer 40 minuten, of tot het vlees gaar is.

Klop de eieren los met de yoghurt en kruid het met wat zout en peper. Als het lamsvlees gaar is gaat de deksel (of het aluminiumfolie) van de ovenpot/schaal af. Verdeel het mengsel van yoghurt en eieren over het vlees en zet het terug in de oven tot de korst mooi goudbruin gebakken is.

Bestrooi de korst met een beetje paprika-poeder en wat gehakte peterselie en zet het lekker heet op tafel.