

# Efo Riro

Toplam 70 dk Hazırlama 25 dk · Pişirme 45 dk 6 kişilik Zor ~460 kcal

Efo riro, İspanya'da yerel yeşilliği palm yağı, biber sosu, kurutulmuş karides ve etle pişiren yoğun aromalı Nijerya yahnisidir.

## Malzemeler

- 800 gr İspanak
- 500 gr Dana kuşbaşı
- 0.5 su bardağı Kurutulmuş karides
- 0.5 su bardağı Kırmızı palmiye yağı
- 2 adet Kuru soğan
- 3 adet Kıpı biber
- 2 adet Acı biber
- 2 adet Domates
- 3 diş Sarımsak
- 1 su bardağı Et suyu
- 1 tatlı kaşığı Tuz
- 0.5 çay kaşığı Karabiber

## Yapılış

1. Dana kuşbaşı, tuz, karabiber ve 1 su bardağı suyla 25 dakika yumuşayana kadar pişirin.
2. Kıpı biber, acı biber, domates ve sarımsak pürüzlü sos olacak şekilde çekin.
3. Palmiye yağındaki doğranmış soğanı 6 dakika yumuşatın.
4. Biberli sosu ekleyip 12 dakika koyulaştırın.
5. Et, et suyu ve kurutulmuş karidesi tencereye katın.
6. İspanağı doğrayıp sosu ekleyin.
7. Efo riroyu kapağı açık 10-15 dakika, yeşillik diriliğini kaybetmeden pişirin.
8. Tuzunu ayarlayıp servis edin.

### PÜF NOKTASI

Yeşilliği ekledikten sonra kapağı açık pişirmek rengini canlı ve sosunu yoğun tutar.

### SERVİS ÖNERİSİ

Pounded yam, pirinç ya da garri ile servis edin.

## Alerjenler

Deniz ürünleri