



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBERLİ DANA YAHNİSİ

- 1 orba kaşığı ayçiçek yağı
- 500 g dana kuşbaşı (yağsız)
- 2 soğan (doğranmış)
- 1/2 tatlı kaşığı kekik
- 4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 35 cl. (1 1/2 su bardağı) tuzsuz et suyu
- 1/4 tatlı kaşığı tuz
- bir tutam karabiber (taze ekilmış)
- 1 yeşil dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra şeritler halinde kesilmış)
- 1 kırmızı dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra şeritler halinde kesilmış)
- 1 sarı dolmalık biber (sap ve çekirdekleri temizlendikten sonra şeritler halinde kesilmış)

Ayçiçek yağını bir tencereye koyup, tencereyi orta ateşe oturtarak yağı ısıtın. Isınınca dana etlerini koyup sık sık çevirerek, her yanları hafifçe kahverengileşinceye kadar pişirin. Sonra etleri bir tabağa aktarın. Soğanlar ve kekiği tencereye koyup, soğanları saydamlaşıncaya kadar (yaklaşık 4 dakika) pişirin. Sarımsak, tabaktaki etler, et suyu, tuz ve karabiberi ekleyip ateşi kısarak, tencerenin kapağını kapatın ve yahniiyi etler iyice yumuşayıncaya kadar (yaklaşık 1 saat 15 dakika) pişirin (pişirme suresinin sonuna doğru yahninin yüzeyinde biriken yağları alın). Biber şeritlerini ekleyip, yahniiyi kısık ateşe 15 dakika daha pişirdikten sonra, tencereyi ateşten alın. Yahniiyi 4 orba tabağına bölüştürüp, servis yapın.