



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ELMA VE ARMUTLU DANA FİLETO

Malzemeler

500 gr. dana fileto veya kontrfile
4 adet arpacık soğanı
2 adet yeşil elma
1 adet deveci armudu
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1\2 bardak elma sirkesi
100 ml. su
1 çay kaşığı şeker
Muskat, tarçın, hardal
Tuz ve karabiber

Hazırlanışı:

Armut ve elmaları soyup ince ince dilimleyin. Dana filetoları hardalla ovun. Soğanları soyup orta büyüklükte doğrayın. 1 yemek kaşığı zeytinyağını tavada ısıtın, elma ve armutları kahverengi oluncaya kadar soteleyin. fiekere ve baharatları ekleyip meyveleri karamelize edin. Kalan yağı NutriCook tenceresinde ısıtın, dana filetoları renkleri değişinceye kadar kızartın ve soğanları ekleyin. Sirkeyi ilave edip tuz ve karabiberle tatlandırın. NutriCook'un kapağını kapatın. Akıllı kontrol saatini 9 dakikaya ayarlayın. 3. programı seçin. Buhar çıkışı gerçekleştiğinde ateşi kısın, böylece geri sayım başlamış olur. İşaret belirdiğinde ateşi kapatın ve program seçiciyi buhar konumuna getirin. Böylece düşük basınçta buharlı pişirme otomatik olarak başlar. Pişirme işlemi tamamlandıktan sonra, NutriCook'un kapağını açın. Dana filetoyu dilimleyip sosunu üzerinde gezdirin. Yanında karamelize elma ve armutla birlikte servis yapın.