



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FRANSIZ YAHNISI

1,5 kg siğir eti (kuşbaşı doğranmış)
250 gr parça jambon (2 cm kalınlığında kesilmiş)
250 gr (1 su bardağı) un
250 gr mantar (yıkayıp kurulanmış ve ince doğranmış)
1 kg domates (soyulup çekirdekleri çıkarılmış ve irice doğranmış)
3/4 su bardağı et suyu

Marinad:

1+1/2 su bardağı et suyu
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı tuz
6 tane-karabiber
1 çay kaşığı kekik
1 defne yaprağı
2 diş sarımsak (dövülmüş)
4 orta boy soğan (ince doğranmış)
4 orta boy havuç (temizlenip ince doğranmış)

Büyük bir kasede marinad malzemesini iyice karıştırınız.

Kuşbaşı etleri ekleyip marinada bastırınız. Kase nin üstünü kapatıp buzdolabında 12 saat, ara sıra karıştırarak bekletiniz.

Orta boy bir tencereye, yarısına kadar su doldurup, suyu orta ateşte kaynatınız. İçine jambon dilimlerini atıp 15 dakika kaynatınız.

Tencereyi ateşten alıp suyunu süzdükten sonra, jambonları kurulayınız.

Eti marinaddan çıkarıp kurulayınız. Marinadın suyunu ve sebzelerini saklayıp, defne yaprağını atınız. Fırınınızı orta sıcaklığa (180°C) getirip ısıtınız.

Bir kaseye unu koyup kuşbaşı etleri bu una bulayınız. Fazla unun gitmesi için etleri hafifçe silkeleyiniz.

Büyükçe bir tencerenin altına 2-3 jambon dilimi diziniz. Marinadın içindeki sebzelerden 2-3 kaşık alarak jambon dilimlerinin üstüne koyunuz. Üstüne mantar ve domatesten ekleyiniz. Üstüne bir kat kuşbaşı et döşeyiniz. En üste jambon dilimleri gelecek biçimde bütün malzemeyi bu sıra ile kat kat diziniz. Et suyunu ve marinadı tencereye döküp, tencereyi orta ateşe oturtunuz. Kaynamaya başlayınca fırına sürüp 3,5-4 saat, etler iyice yumuşayana kadar pişiriniz.

Tencereyi fırından çıkarıp üstündeki fazla yağı kaşıkla alınız. Tadına bakıp gerekirse biraz daha tuz ve biber ekleyiniz. Fransız yahnisini hemen servis ediniz.

Not: Fransız yahnisi, erişte, makarna ve yeşil salata ile servis edilir. (Eti marine etmek için vaktiniz yoksa, marinad malzemesini etle birlikte pişirebilirsiniz.)