



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TATLI VE EKŞİ SOSLU DANA (ÇİN)

<https://www.lezzetsirri.com>

350 gr. dana eti
2 yumurta
4 çorba kaşığı mısır nişastası
1 orta boy havuç
1 baş soğan
4 dilim taze ananas veya konserve ananas
3 çorba kaşığı sirke
3 çorba kaşığı soya sosu
1 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı toz şeker
2 çorba kaşığı ananas suyu
2 tatlı kaşığı mısır nişastası
1 su bardağı sıvıyağ
1/2 tatlı kaşığı tuz

Eti kuşbaşından biraz büyük doğrayın. Yumurtaları bir parça çırpın. Havucu ince halkalar halinde kesin. Soğanı soyup 8 parçaya bölün. Ananasları küçük parçalar halinde doğrayın. Eti tuzlayıp, her et parçasını önce çırpılmış yumurtaya sonra nişastaya bulayın. Tek sıra halinde bir tabağa dizin. Yağı Wok'ta orta ateşte kızdırın. İçine dört parça et atıp 3 dakika etler altınimsı kahverengi oluncaya kadar kızartın. Bir kevgirle kağıt peçeteye çıkarıp fazla yağın alın. Dilerseniz etleri bir süzgece de koyabilirsiniz böylece fazla yağ akar. Bu şekilde tüm etleri kızartın. Wok'taki yağı boşaltın. Yalnızca bir çorba kaşığını Wok'ta bırakın. Tekrar yağı kızdırın ve kızgın yağda önce havuçları, daha sonra soğanları ve ananasları ekleyerek hepsini 3-4 dakika havuçlar yumuşayınca kadar kavurun. Küçük bir kapta, sirkeyi, soya sosunu, domates salçasını, ananas suyunu ve şekerini karıştırın. İçine bir çorba kaşığı suda açtığınız mısır nişastasını ekleyin ve iyice karıştırarak sebzelerin üzerine dökün. Biraz koyulaşınca kadar 1-2 dakika karıştırarak hafif hafif kaynatın. Daha sonra hazırladığınız sosa etleri ekleyin ve etler tamamen sosla kaplansın diye yavaşça karıştırın. Bir servis tabağına alarak sıcak olarak servis yapın.

Not: Bu yemeği dilerseniz kuşbaşı doğranmış tavuk göğüs eti ile de yapabilirsiniz.