



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ACI BİBER SOSLU ET

1 kg. ince uzun parçalar halinde kesilmiş et  
1 çorba kaşığı mısırözü yağı  
3 adet domates  
Yarım su bardağı su  
Acı biber sosu  
Yarım demet maydanoz  
Baharatlı çeşni  
Garnitür için:  
Havuç, patates ve bezelyeli garnitür

Kapaklı bir tencereye yağı alıp, hemen kabukları soyulmuş küçük küçük doğranmış domatesi ekleyelim. 5-4 dakika kavurduktan sonra ince ve uzun kesilmiş et parçalarını tencereye alıp, kapağı kapatalım. Eti suyunu çekmesine yakın, yarım su bardağı ılık su ekleyip et bütün suyunu çekene kadar kapağı kapalı olarak pişirelim. Eti indirmeden önce dilediğimiz kadar acı biber sosu ve baharatlı çeşni ekleyelim. İnce ince kıydığımız maydanozları ekleyelim. Bir iki kez kanştırdıktan sonra yanında garnitür ve sade pilav ile servis yapalım.