



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPACIK SOĞANLI ÇOBAN SALATASI

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

1 kilo dana kuşbaşı et
15-20 adet arpacık soğan
4 diş sarımsak
3 adet domates
3 adet yeşil biber
1 yemek kaşığı tereyağı
3 yemek kaşığı sıvı yağ
1 su bardağı sıcak su
1 tatlı kaşığı toz biber
1 çay kaşığı karabiber
Tuz, Kekik, pul biber
1-2 adet defne yaprağı

Geniş bir tencereye veya wok tavayı ocağa alın ve ısıtın. Isınan tavanın içine etleri, 2 adet defne yaprağını ilave edip, yüksek ateşte etler suyunu salıp çekinceye kadar pişirin. Defne yaprağı etlerin kokusunu alır ve hoş bir aroma verir. Suyunu çeken etlerin içinden defne yapraklarını çıkarın. Tereyağını ve sıvı yağı ekleyin. Arpacık soğanı ve sarımsakları ilave edip 4-5 dakika kavurun. Doğradığınız biberleri ve domatesleri ekleyin. Kekik hariç baharatları ekleyin ve karıştırın. 1 su bardağı sıcak su ekleyip ocağın kısın. Kapağını kapatıp etler yumuşayınca kadar pişirin. Ocaktan almaya yakın kekik ekleyip karıştırın.

