



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BADEMLİ ET

150 gram badem içi
750 gram dana eti
1/3 çay bardağı krema
1,5 çay bardağı su
2 yemek kaşığı domates salçası
1 çay bardağı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı tarçın
2 adet soğan
5 diş sarımsak
2 adet domates
2 parça damla sakızı
1 tatlı kaşığı tuz

Bir cezvede su kaynatın. Bademleri, iç kabukları yumuşayana kadar kaydattığınız suda bekletin. Kabuklarını soyduktan sonra yağsız tavada rengi sararıncaya kadar kısıp ateşte kavurun. Küçük parçalar şeklinde dilimlediğiniz etleri tencereye alın. Üzerine 1,5 çay bardağı su ilave edin ve suyunu çekene kadar pişirin.

Soğanları rendeleyin, sarımsakları kıyın ve geniş bir tavada soteleyin. Et, rendelenmiş domates, salça ve dövülmüş damla sakızını ekleyip 2 dakika kavurun. Tarçın, kavrulmuş badem ve kremayı ekledikten sonra ocaktan alın.

Biraz karıştırıp servis yapın.

