



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEEF VİNDALOO

- 1 kg kuşbaşı biftek
- 4 adet taze kırmızı acı biber (şili)
- 4 büyük domates, soyulmuş ve püre haline getirilmiş
- 2 adet soğan, ince doğranmış
- 6 adet köri yaprağı
- 2 adet çubuk tarçın
- 4 diş sarımsak
- 30ml yağ
- 5 bütün karanfil
- 2 çay kaşığı taze zencefil
- 2 çay kaşığı hardal tohumu
- 3 çay kaşığı çemen otu tohumu
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşığı kimyon
- 50 ml beyaz sirke
- 5 ml şeker

Mutfak robotunda sarımsak, zencefil, şili biberi, hardal tohumu, zerdeçal, kimyon, çemen otu ve sirkeyi macun kıvamına gelene kadar harmanlayın.

Geniş bir tavada yağı ısıtın. Soğanları ekleyin ve pelte kıvamına gelene kadar pişirin.

Hazırladığınız acılı sosu ekleyin ve domatesi eklemeyen önce 5 dakika pişirin

Domatesi ekledikten daha sonra 5 dakika daha pişirin.

Son olarak köri yaprakları, çubuk tarçın, karanfil, şeker ve etleri ekleyin.

Üzeri baharat ile kaplanana kadar karıştırın, iyi bir şekilde terbiye edin ve daha sonra 60 ml kaynar su ekleyerek, yumuşayana kadar 45 dakika pişirin.

