



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

## DANA KUŞBAŞI

### İçindekiler

700 g kuşbaşı dana eti  
3 çorba kaşığı (50 ml) sıvı yağ  
1 büyük soğan (doğranmış)  
1 diş dövülmüş sarımsak  
2 havuç (dilimlenmiş)  
1 adet kereviz (dilimlenmiş)  
250 g konserve domates  
300 ml tavuk suyu  
2 çorba kaşığı

Yağı Clipso'ya koyun ve kapağını kapatmadan eritin. Eti, soğanları ve sarmısağı bu yağda döndürün. Mısır unu dışında tüm diğer malzemeyi ilave edin. İyice karıştırın. Clipso'nun kapağını kapatarak basıncı en yüksek dereceye ayarlayın. 15 dakika pişirin. Buharı hızlı bir şekilde serbest bırakın. Mısır ununu biraz soğuk suyla karıştırarak pürüzsüz bir karışım elde edin. Tencereyi tekrar ateşe oturtun. Devamlı karıştırın ve sos koyulaşana kadar kaynatın.