



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DANA PİKATA

8 parça ince dövülmüş kontrfile dana eti
3 adet yumurta
2 yemek kaşığı un
1 çay bardağı süt
Yarım çay kaşığı sarımsak tozu
Tuz
Karabiber

Süt, sıvı yağ, tuz, karabiber ve sarımsak tozunu bir kabın içinde karıştırın. Ardından dövülmüş et parçalarını bu sos ile karıştırarak terbiye edin. Etlerin sosu çekmesi için buzdolabında yaklaşık 2 saat bekletin. Eti dinlendirdikten sonra bir tavada yağı kızdırın. Bu sırada çukur bir kaba 3 adet yumurtayı kırıp, az miktarda tuz ekleyip çırpıcı yardımıyla çırpın. Ayrı bir kaba da unu koyun ve sosu emmiş olan etlerin iki tarafını önce una, ardından yumurtaya batırın. Daha sonra kızdırdığınız yağa koyun. Etleri sürekli çevirerek, pembe renk alana kadar kızartın. Kızaran etleri servis tabağına alıp, haşlanmış sebze veya püre ile servis edebilirsiniz.

