



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ MANTARLI SIĞIR ETİ (FRANSA)

750 g siğir eti (tercihen buttan; bütün yağı alınıp, iri kuşbaşı doğranmış)
25 cl. (1 su bardağı) beyaz üzüm suyu
2 çorba kaşığı sirke
250 g soğan (doğranmış)
250 g havuç (doğranmış)
1 iri diş sarımsak (dövülmüş)
1 defne yaprağı
1 taze biberiye yaprağı
3-4 taze nane yaprağı
3-4 maydanoz yaprağı
6 tane karabiber (iri dövülmüş)
1/2 tatlı kaşığı tuz
3 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
1250 g domates (kabukları soyulup, çekirdekleri çıkarıldıktan sonra doğranmış)
250 g mantar (yıkayıp, dilimlenmiş)
1 portakalın kabuğu (şerit halinde kesilmiş)
60 g pastırma (bütün yağları alınıp, şeritler halinde kesilmiş, isteğe bağlı)
12 siyah zeytin

Bir emaye tencerede üzüm suyu, sirke, soğan parçaları, havuç parçaları, sarımsaklar, defne yaprağı, biberiye yaprağı, nane yaprakları, maydanoz yaprakları, karabiber ve tuzu karıştırın. Siğir etlerini koyup, tencerenin kapağını kapatarak buzdolabına kaldırın ve arada 2 - 3 kez karıştırarak 8-12 saat bekletin. Bekletme süresinin sonunda, fırınınızı 150 °C'a ısıtın. Tencereyi buzdolabından alıp, etleri delikli kaşıkla bir tabağa çıkararak (tencerede kalan karışımı saklayın), kâğıt mutfak havlusuyla kurulayın. Zeytinyağının 1 çorba kaşığını yapışmayan bir tavaya koyup, tavayı harlı ateşe oturtarak, yağı kızdırın. Yağ kızınca etlerin 1/3'ünü koyup, sık sık karıştırarak, her yanları altın sarısı bir renk alıncaya kadar (2 - 3 dakika) kızartın. Sonra delikli plastik spatulayla, etleri bir tencereye çıkararak, tencereyi bir kenara bırakın. Aynı işlemleri kalan zeytinyağını ve kalan etleri 2'ye bölerek yineleyin. Bütün etler kızarıncaya, etlerin buzdolabında bekletilmiş olduğu emaye tenceredeki karışımı, etlerin üstüne boşaltıp, domatesler, mantarlar ve portakal kabuğunu ekleyerek, karıştırın. Tencereyi orta ateşe oturtup, karışımı birtaşım kaynatın. Kaynayınca tencerenin kapağını kapatıp, ateşi kısarak, etleri 2,5 saat, hiç karıştırmadan pişirin. Pastırma şeritlerini (isteğe bağlı) ve zeytinleri ekleyip, etler iyice yumuşayıncaya kadar (yaklaşık 30 dakika) pişirdikten sonra, tencereyi ateşten alın ve eti 6 tabağa bölüştürerek, servis yapın.