



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKMEK ARASI TANTUNİ

Yarım kilo dana biftek
5 yemek kaşığı sıvı yağ
1 ay kaşığı tuz
1 ay kaşığı kimyon
1 ay kaşığı kekik
1 adet somun ekmek
1 adet domates
1 adet sivri biber

Yarım kilo et keskin bir bıçak yardımı ile çok ince kıyılır.

Yapışmaz ya da demir bir yüzeyli tava hafifçe yağlandıktan sonra tavanın büyüklüğüne göre et iki parçaya bölünür ve kızdırılan tavaya her seferinde bir miktar et koyulup devamlı karıştırılarak harlı ateşte 5 dakika kavrulur.

Etlerin tamamı pişirildikten sonra içerisine pul biber, domates biber ve kimyon, kekik ve tuz serpilip somun ekmegin arasına koyup servis edilir.