



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ERİK SOSLU DANA ETİ

www.asyagurme.com

300 Gram Dana Eti, İnce dilimlenmiş
125 Gram Egg Noodle, Pişirme talimatlarına uygun olarak pişirilmiş
1 Adet Kırmızı Dolmalık Biber, İnce şeritlere kesilmiş
1 Adet Sarı Dolmalık Biber, İnce şeritlere kesilmiş
1.5 Su Bardağı Mantar, İnce dilimlenmiş
3-4 Adet Yeşil Soğan, İnce dilimlenmiş
125 Gram Soya Filizi
½ Su Bardağı Erik Sosu
2 Yemek Kaşığı Soya Sosu
½ Çay Kaşığı Karabiber
1 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı

Ayçiçek yağını wok tavada ısıtın. İnce dilimlenmiş dana etlerini ilave edin ve yüksek ateşte etlerin rengi dönene dek yaklaşık 1-2 dakika soteleyin. Ardından kırmızı ve sarı biberleri ilave edin. 2 dakika kadar soteledikten sonra mantar, soya filizi ve yeşil soğan dilimlerini de ilave edip, 2 dakika daha tüm malzemeleri sotelemeye devam edin.

Erik sosu, soya sosu ve karabiberi wok tavaya ilave edip, kaynamaya bırakın. Sos kaynamaya başladıktan sonra haşlanmış noodleları ilave edin ve sürekli karıştırarak yüksek ateşte yaklaşık 1-2 dakika sosu çektirin. Tüm malzemeleri son bir kez iyice karıştırdıktan sonra ocağın altını kapatın ve sıcakken servis edin.

