



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ET KAVURMASI (MERİÇ EDİRNE)

Avrupa Birlięi
Bulgaristan - Türkiye Sınır Ötesi İşbirliği Programı

1 kg. dana eti
1 orta boy kuru soğan
Ayçiçek yaęı
Tuz
Karabiber

Dana etki kuşbaşı haline getirilir ve hiçbir şey ilave etmeden kavurulması sağlanır. Etler suyunu bırakmaya başladığında bir miktar sıvı yağ ilave edilir ve kısık ateşte karıştırarak kavurmaya devam edilir. İçerisine yemeklik şekilde doğranan soğanlar ve tuz eklenerek kavurmaya devam edilir. Etler piştiğinde servise hazırdır.

Not: Genellikle kış aylarına hazırlık için yapılan et kavurması özellikle kurban bayramlarında mutfaklarda yerini almaktadır. Meriç bölgesinde adı et sızdırması olarakta geçer.