



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET ÖZÜ

750 gr sığır kemiği (parçalara bölünmüş)
1 iri soğan (doğranmış)
2 büyük havuç (ayıklanıp doğranmış)
1 kereviz (ayıklanıp doğranmış)
6 tane-karabiber
1 çay kaşığı tuz
1 litre (5 su bardağı) su
Baharat torbası:
8 sap maydanoz
1 fiske kekik
1 defne yaprağı

Önce fırınınızı orta sıcaklığa (180 C) getirip ısıtınız.

Kemikleri büyük bir fırın tepsisine koyup tepsiyi fırına sürünüz. Renkleri hafif kahverengileşip yağlarının bir bölümü çıkıp eriyene kadar 30 dakika fırında pişiriniz. Tepsiyi fırından çıkarıp soğanı, havucu ve kerevizi ekleyiniz. Tepsiyi yeniden fırına sürüp 20 dakika daha pişiriniz. Tepsiyi fırından alınız. İçindekileri büyük bir tencereye aktarınız. Baharat torbasını, karabiberi, tuzu ve suyu da aynı tencereye koyunuz. (Su kemiklerin üstünü örtmediyse, biraz daha su ekleyiniz.) Tencereyi kısık ateşe oturtup kaynatınız. Kaynadıktan sonra, sos yarısını çekene kadar 4 saat pişiriniz. Tencereyi ateşten indiriniz. Büyük bir süzgece iki kat tülbent yayınız. Sosu orta boy bir kaseye süzünüz. (Tülbentte kalanları atınız). Sosu soğuması için bir kenara bırakınız.

Soğuduktan sonra kaseyi kapağını kapatıp, buzdolabına koyarak, et özü jöle haline gelinceye kadar 8 saat bekletiniz. Kaseyi buzdolabından çıkarıp özün üstündeki fazla yağları madeni bir kaşıkla alınız.

Özü orta boy bir tencerede orta ateşte eritiniz. Tamamen eriyince 15 dakika, yarısını çekip şurup kıvamına gelinceye kadar kaynatınız. Tencereyi ateşten indiriniz. Et özünüz kullanılmaya yada buzdolabında saklanmaya hazırdır.

Not: Et özü, koyu bir et suyunun özlü bir şurup haline gelene kadar kaynatılmasıyla yapılır. Et özü buzdolabında 3 hafta saklanabilir ve çorbalara, soslara et ve sebze sularına tad vermek için kullanılır.