



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ET SOTE

350 gram sotelik et  
1 adet kuru soğan  
2-3 adet biber  
2-3 adet domates  
1 yemek kaşığı salça  
Yarım kahve fincanı sıvı yağ  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 tatlı kaşığı karışık baharat

Dana etini sotelik olacak şekilde küçük küçük doğrayın.  
Domateslerin de kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın.  
Biberlerin içlerini temizleyip biraz büyük boyutlarda doğrayın.  
Son olarak soğanı yemeklik doğrayın.  
Ardından uygun bir tencerede yağı kızdırın.  
Etleri tencereye ekleyerek etraflarını mühürleyene kadar yüksek ateşte karıştırın.  
Suyunu çeken etlere soğan ve biberleri de ilave edin. Karıştırarak kapağını kapatın.  
Sebzeler diriliğini kaybedene kadar soteleyin ve sonrasında domates ile salçayı ilave edin.  
Güzelce kavurun ve tencerenin kapağını kapatarak orta ateşte pişirmeye devam edin.  
Domateslerimiz de kavrulduktan sonra sıcak suyu ve dilediğiniz baharatları, tuzu ekleyerek tencerenin kapağını kapın.  
Kısık ateşte etler yumuşayana kadar pişirin.  
Soğutmadan servis edin.

