



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ET SOTE

500 gram dana eti  
3 yemek kaşığı zeytinyağı, 1 yemek kaşığı da tereyağı  
1.5 su bardağı sıcak su  
2 orta boy domates  
3 adet yeşil biber  
1 orta boy soğan  
Birer tatlı kaşığı domates ve biber salçası  
1 tatlı kaşığı kekik  
1 çay kaşığı pul biber  
Yarım çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı tuz

Öncelikle bir tencerede sıvıyağ ile tereyağını salçalarla birlikte kavurmaya başlayın. Kavurma işlemi devam ederken, soğanınızı ince bir şekilde doğrayın ve karışıma ekleyerek kavurmaya devam edin. Bu esnada yeşil biberleri de içine atın. Sırada etlerimiz var. Kuşbaşı doğranmış eti, tencereye koyun ve kavurun. Doğradığınız domatesleri de ekleyin. Sıra geldi baharatlara. Karabiber, kekik ve pul biberi karışıma ekleyerek karıştırın. Son olarak sıcak suyu da ekleyerek kısık ateşte yemeği pişmeye bırakın. Etler yumuşadıktan sonra tuzu da ekleyin ve suyunu çektikten sonra eti ocaktan alın.

