



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ CHOP SUEY

- 3 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 1 Yemek Kaşığı susam yağı
- 1 Bardak fasulye filizi
- 2 Adet soğan
- 1 Yemek Kaşığı soya sosu
- 3 Adet kereviz sapı
- 500 gr sığır eti
- 1 Bardak tavuk suyu

Bifteğin zarlarını kesip temizleyin, yapışmaz büyük bir tavada ya da wok (Çin mutfağında kızartma tenceresi) yüksek ısıda 1 dakika kadar pişirin, soya sosunu karıştırın içine. Oluklu bir kaşıkla çıkartın, sıcak muhafaza etmeye çalışın. SANA MARGARİNİ kerevizi, soğan ve suyu tavaya ekleyin 5 dakika bu ısıda pişirin, sonra fasulye filizleri ekleyin 3 dakika pişirdikten sonra etleri de koyup karıştırmaya devam edin.