



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DANA FAJİTA

<https://acunn.com>

1 dilim bütün bonfile
Etleri Marine Etmek için:
1 su bardağı zeytinyağı
2 yemek kaşığı soya sosu
2 yemek kaşığı Worcestershire sos
½ misket limon suyu
6 diş sarımsak [?] ince kıyılmış
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber
1 çay kaşığı kimyon
Sebzeli Karışım için:
Zeytinyağı
2 adet büyük boy soğan [?] piyazlık doğranmış
2 adet sarı biber [?] jülyen doğranmış
2 adet kırmızı biber [?] jülyen doğranmış
3 adet yeşil köy biberi [?] jülyen doğranmış
1-2 yemek kaşığı soya sosu
Üzeri için:
¼ su bardağı soya sosu
½ su bardağı su
Yoğurtlu Sos için:
4 kaşık süzme yoğurt
1 tatlı kaşığı limon suyu
1 limon rendesi
Servis için:
4 adet lavaş ekmeği

Derin bir kapta marine için olan tüm malzemeleri iyice karıştırın, ardından etleri içine koyup iyice bulayın üzerini streç filmle kaplayıp 30 dakika buzdolabında dinlendirin.

Sebzeleri belirtilen şekilde doğrayıp hazırlayın.

Wok tavayı ocağa alın ve ısıtın, zeytinyağı ekleyip ısıtın, önce soğanları ekleyin ve hafif yumuşayınca kadar soteleyin.

Güveçleri önceden ısıtılmış 180 derecelik fırına koyup ısınmaya bırakın

Soğanlar yumuşamaya başlayınca biberleri ilave edip soteleyin. soya sosu ilave edip Sebzeleri sotelemeye devam edin.

Tavayı ocağa alıp ısıtın, etleri ve tavukları arkalı önlü pişirin. Pişen etleri kesme tahtasına alın ve ince dilimler halinde kesin.

Sebzeleri fırından çıkan sıcak güveçlere bölün

Üzerlerine dilimlediğiniz et ve tavuktan koyup yaklaşık 10 dakika kadar pişirin.

Soya sosu ve suyu bir kapta karıştırın.

Fırından çıkan sıcak fajitaların üzerine soya soslu sudan birer kepçe dökün.

Lavaşı tavada ısıtın ve kenara alın.

Fajitalarınızı yanında limon suyu ve kabuğu ile iyice karıştırılmış süzme yoğurtla servis edin.



© lezzetler.com tarif no:153061 • adı:Dana Fajita • gönderen:kalem • indirme tarihi:13.03.2025 - 00:34