



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA SEBZELİ ET

2 adet kalın dilimlenmiş kereviz
1 adet kıyılmış soğan
2 adet büyük dilimlenmiş havuç
5 adet defne yaprağı
3 dal kekik
1 çorba kaşığı bitkisel yağ
1 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı un
2 yemek kaşığı domates püresi
2 çorba kaşığı worcestershire sosu
2 dilim küp doğranmış biftek
850 gram büyük parçalara kesilmiş siğir eti

Fırını 160 derecede ısıtın. Sıcak suyu hazır tutun. Kereviz, soğan, havuç, defne, kekik, 1 yemek kaşığı sıvı yağ ve tereyağını bir tencereye atıp ateşe koyun. 10 dakika kadar yumuşamasını bekleyin ve üzerine unu yavaş yavaş ekleyip karıştırın. Ardından domates püresini, Worcestershire sosunu ve siğir etini ekleyin. Üzerine yavaş yavaş 600 mililitre sıcak suyu döküp, siğir etini sık sık kontrol ederek kaynatın. Kapağını kapatın ve 2 saat 30 dakika boyunca fırına koyun. Daha sonra etin gerçekten yumuşayacağı ve sosu kalınlaşmaya kadar 1 saat 30 dakika daha pişirin.

