



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET GÜVEÇ

<https://www.karaca.com>

- 1-1,5 kg kuşbaşı doğranmış et
- 1 büyük boy soğan
- 5 yemek kaşığı zeytinyağı
- 8-10 diş sarımsak
- 2 sivri biber
- 1 büyük boy patates
- 4 orta boy domates
- 2 çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı kırmızı pul biber
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı nane
- 1 su bardağı sıcak su
- 2 tatlı kaşığı domates salçası

Güveç et tarifi için ilk olarak eti hazırlayın.

Dana etini kuşbaşı doğrayın ve gerekiyorsa sinirlerini temizleyin.

Bir tencereye sıvı yağı ekleyin ve orta ateşte ısıtın.

Yağ ısındıktan sonra doğranmış soğanları ekleyin ve pembeleşene kadar kavurun.

Sarımsakları ekleyin ve kokusu çıkana kadar kavurun.

Sarımsaklarla birlikte soğanlar güzelce kavrulsun ve aromalarını salıversin.

Hazırlanan kuşbaşı etleri tencereye ekleyin ve etler kahverengi bir renk alana kadar kavurun. Bu aşamada etlerin suyunu salıp çekmesine dikkat edin.

Etler kavrulduktan sonra havuç dilimleri, patates küpleri ve jülyen doğranmış yeşil biberi de tencereye ekleyin.

Sebzeleri ekledikten sonra birkaç dakika karıştırarak sebzelerin hafifçe kavrulmasını sağlayın. Domates salçasını ekleyin ve sebzelerle birlikte karıştırın.

Salça, et ve sebzelerle güzelce harmanlansın ve birkaç dakika daha kavurun.

Sıcak su veya et suyunu tencereye ekleyin. Tuz, karabiber ve isteğe bağlı baharatları da ilave edin. Malzemeleri iyice karıştırın ve tencerenin kapağını kapatın.



