



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

www.lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GYUNİKU İTAME

www.asyagurme.com

250 Gram Dana Bonfile, İnce dilimlenmiş
2 Adet Yeşil Biber, Şeritlere kesilmiş
1 Adet Soğan (Küçük Boy), Dilimlenmiş (yarım ay şeklinde)
1.5 Tatlı Kaşığı Soya Sosu
1 Tutam Taze Çekilmiş Karabiber
1-2 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı
Marine için:
2 Yemek Kaşığı Soya Sosu
2 Yemek Kaşığı Patates Nişastası

Bir kasede ince dilimlenmiş dana etini, soya sosu ve patates nişastası ile iyice harmanlayın. Etlarin marine olması için 5-10 dakika kadar bir kenarda bekletin.

Ayçiçek yağın wok tavada ısıtın. Önce etleri ardından soğan dilimlerini ilave edip, yaklaşık 2-3 dakika yüksek ateşte soteleyin.

Rengi dönen etlere yeşil biberleri ilave edin ve 2-3 dakika daha karıştırarak sotelemeye devam edin. Ardından 1.5 tatlı kaşığı soya sosu ve 1 tutam karabiber ilave edip, son bir kez karıştırın. Yanında sade pilav ile sıcakken servis edin.

