



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET HAŞLAMA

1 kilo kadar et dana ya da kuzu tercihe bağılı
2 tane iri patates
3 adet küçük soğan
1 tane carliston biber
2 diş sarımsak
Tuz ve piştikten sonra 1'er çay kaşığı pul biber, karabiber

Önce etimizi düdüklüye koyalım üstünü biraz geçecek kadar su koyalım ve pişmeye bırakalım, benim etim 30 dk da pisti etten ete değişebilir patatesi biberi soğan ve sarımsağı istediğiniz boyutta kesip pişmiş olan etin içine atalım tuzunu da attıktan sonra etin suyuna göre az su koyun, karıştırıp kapağını kapatıp düdük sesinden sonra 20 dk pişirelim. Piştikten sonrada baharatlarını koyup servis yapalım.