



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAKAOLU ET

750 gr dana kuşbaşı
2 adet soğan
2 diş sarımsak
1 çorba kaşığı tereyağı
1 adet domates
1 tatlı kaşığı kakao
1 su bardağı su
1 çorba kaşığı tuz

Tavaya tereyağı konur, ateşe yerleştirilir. Isınınca kuşbaşı et atılır. Renk alacak kadar kavrulur. başka bir tencereye konur. Tavada kalan yağ ve etin suyuna ince kıyılmış soğan ve sarımsak eklenir, yumuşayana kadar kavrulur. Domates rendelenir ve eklenir. Domates pörsümeye başlayınca ateşten alınır, etin üzerine dökülür. 1 su bardağı sıcak su ve kakao katılır, kapak kapatılır. Kısık ateşte yaklaşık 35 dakika pişirilir.