



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAYISILI ZEYTİNLİ YAHNİ

1250 g sığır eti (tercihen buttan; bütün yağı alınıp, iri kuşbaşı doğranmış)
1 çorba kaşığı ayçiçek yağı
3 soğan (doğranmış)
4 diş sarımsak (ince kıyılmış)
750 g domates (kabukları soyulup çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, sularının ziyan olmaması için çukur bir tabakta iri doğranmış)
50 cl (2 su bardağı) tuzsuz esmer et suyu (ya da tavuk suyu)
1 1/2 tatlı kaşığı kimyon
1 1/2 tatlı kaşığı kişniş
bir tutam kırmızıbiber
125 g kuru kayısı (her biri 2'ye kesilmiş)
16 yeşil zeytin (çekirdekleri çıkarıldıktan sonra, yıkanıp, kurulanmış)

Ayçiçek yağın kalın dipli birtavaya koyup, tavayı orta ateşe oturtarak, yağı ısıtın. Yağ ısınınca soğanları koyup, saydamlaşınca kadar (yaklaşık 5 dakika) pişirdikten sonra, delikli kaşıkla bir emaye tencereye aktarın. Ateşi açıp, tavaya kuşbaşı etleri koyun ve sürekli karıştırarak, her yanları altın sarısı bir renk alıncaya kadar (6 -7 dakika) kızartın.

Tavayı ateşten alıp, etleri delikli kaşıkla, soğanların bulunduğu emaye tencereye aktarın. Sarımsaklar, domatesler ve bıraktıkları su, et (ya da tavuk) suyu, kimyon, kişniş ve kırmızıbiberi ekleyerek, karıştırın. Tencerenin kapağını kapatıp, kısık ateşe oturtun ve ara sıra karıştırarak, etleri yumuşayınca kadar (yaklaşık 1,5 saat) pişirin.

Kayısıları ve yeşil zeytinleri ekleyip, 30 dakika pişirin. Sonra tencereyi ateşten alıp, yahniiyi çukur bir servis kabına aktararak, servis yapın.