



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KESTANELİ ET (KAHRAMANMARAŞ)

500 gram dana kuşbaşı  
2 yemek kaşığı margarin  
4 adet kuru soğan  
250 gram ayıklanmış kestane  
1 yemek kaşığı soya sos  
1 çay kaşığı salça  
1 adet kırmızı biber  
1 tutam tuz  
1 tutam karabiber  
Az su

Etleri yıkayın. Üzerini kapatacak kadar su koyup, 35 dakika pişirin. Etleri yağla birlikte tencereye yerleştirin. Pembeleşene kadar kavurun. Soğanları dörde bölüp, kestaneleri de bütün olarak etlerin içine atın. Karıştırarak, kavurun. Nar gibi kızaran etlerin üzerine soya sosunu, tuzu ve karabiberi ekleyin. Salçayı atıp, karıştırın. Üzerini kapatacak kadar su koyun. İyice pişirin. Kıydığınız kırmızı biberi, pişen kestaneli ete ilave edin

