



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KIRMIZI ET TAVA (YUNANİSTAN)

4 kişilik

**MALZEME:**

500 gr. domates,

250 gr. beyaz soğan,

700 gr. sığır eti,

3 yemek kaşığı zeytinyağı,

3 diş sarımsak,

sebze suyu,

1 tatlı kaşığı kekik,

1 tatlı kaşığı tatlı kırmızı biber,

tuz,

karabiber,

80 gr. hellim peyniri,

1 baş maydanoz,

200 gr. arpa şehriye.

1. Domateslerin kabuklarını soyun, çekirdeklerini çıkarıp küp halinde doğrayın. Eti kuşbaşı doğrayın.

2. Yağı geniş bir tencerede kızdırın. Eti devamlı karıştırarak kızartın. Domates ve soğan ilave edin, sarımsağı ezip katın. Bir bardak sebze suyu dökün, kekik, kırmızı biber, tuz ve karabiber atın. Tencerenin kapağını kapatın. Yemeği kısık ateşte 1 saat pişirin, arada bir karıştırın.

3, Peyniri rendeleyin. Yıkanmış maydanozu ayıklayın ve kıyın.

4, Biraz daha sebze suyu dökün ve bir taşım kaynatın. Arpa şehriyeyi dökün ve yumuşayana dek 15-20 dakika pişirin.