



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KÖK SEBZELER EŞLİĞİNDE OSSO BUCO

- 4 adet dana incik (kemikli)
- Un yeteri miktarda
- 2 adet havuç
- 1 adet kereviz (küp doğranmış)
- 1 adet soğan (4'e kesilmiş)
- 3 diş sarımsak
- 1 çorba kaşığı domates salçası
- 2 adet defne yaprağı
- 2 dal biberiye
- 1.5 su bardağı et suyu
- 1\2 çay bardağı ayçiçek yağı

İncikleri bol tuz ve karabiberle lezzetlendirdikten sonra unlayın.  
Tencereyi kızdırın ve yağı ilave edin.  
Etlere dört tarafını kızartarak kenara alın.  
Aynı yağın içinde soğan, kereviz ve havucu 5 dakika soteleyin.  
Ardından salça, sarımsak ve otları ilave ederek 2 dakika daha pişirin.  
Etlere ilave edin ve et suyunu koyun.  
Yaklaşık 1 saat kısık ateşte pişirin.



Fotoğraf "Gökse" tarafından gönderildi. 21.12.2015