



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUL AŞI

3-4 su bardağı kadar kuşbaşı dana eti
3 yemek kaşığı tereyağı
2 adet kuru soğan
4 diş sarımsak
2 adet defne yaprağı
1 yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı biber salçası
1 yemek kaşığı sirke
1-2 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
Yarım çay kaşığı karabiber
Yarım çay kaşığı kimyon
1 yemek kaşığı un

Eti 1-2 saat suda bekletin devamında da eti süzgeç ile iyice süzün. Tencerede tereyağını eritin, tencerenizi kızdırın. Kızmış tencereye suyu süzölmüş etleri ekleyin. Etleri 3-4 dakika harlı ateşte çevirin. Şimdi tencereye 1 su bardağı sıcak su ekleyin ve tencerenin kapağını kapatın kısığa yakın orta ateşte etler ilk önce sularını versin sonra da sularını çeksin. Etler sularını çekerek hafiften yağına kalacak. Tencerenize yarım ay şeklinde doğranmış kuru soğanları ve tam bölünmemiş sarımsakları ekleyin tüm malzemeyi harmanlayın şimdi yine tencerenin kapağını kapatın.

Soğanlar yumuşayınca, tencereye 1 yemek kaşığı un ekleyin ve tenceredeki tüm malzemeyi karıştırın. Unu çok kısık ateşte karıştırarak ete yedirin unu etle beraber biraz kavurun bu aşamada un tencerenin dibine hafiften yapışacak. Yemeğe salçalarını ekleyin ve yine tüm malzemeyi harmanlayın. Defne yapraklarını, baharatları sirkeyi yemeğe ekleyin ve yemeğin pişeceği sıcak kaynar suyu yemeğe verin.

