



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU ETLİ TÜRLÜ

Malzeme:

2-3 corba kaşığı AltınHasat Riviera Zeytinyağı

1 adet soęan

4 adet havuç

1/2 adet pancar

1 adet Bizim Mutfak Et Bulyon

1/2 su bardaęı bezelye

250 gram kuzu eti

1 adet et suyu tabletini 2,5 su bardağı kaynar suda eritin. Soğanı yemeklik doğrayın. Havuçları yıkayıp uzunlamasına dilimleyin. Büyükçe bir tencerede zeytinyağını kızdırın. Ardından soğanları ilave edip karamelize edin. Tavaya havuçları, pancarı ve hazırladığınız et suyunu ilave edin. Havuçlar ve pancarlar yumuşayınca kadar kaynatın. Daha sonra bezelyeleri ekleyip 2 dakika daha pişirin. Eti başka bir tavada 3-4 dakika çevirerek kızartın. Eti dinlendirin ve dilimleyin. Dilimlenmiş eti tencereye ilave edip karıştı­ın. Çukur kaselerde servis yapın.