



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI ET SOTE

500 gr. dana kuşbaşı

1 paket kültür mantarı

2 orta boy soğan

1 kaşık salça

Acı biber (Kırmızı Meksika biberi olursa 1 adet yeterli)

Sıvı yağ

Tuz

Yarım kg. dana kuşbaşı eti, üzerine çıkacak kadar su ekleyip yaklaşık 20 - 25 dakika haşıyorum. Daha sonra tencereye (ben granit tencere kullanıyorum ve çok memnunum) 2 orta boy soğanı doğrayıp, yarım fincan sıvı yağ ile pembeleşinceye kadar kavuruyorum. Daha sonra 1 tepelme kaşık domates salçası, bir kaç bölünmüş acı biber ve 1 tatlı kaşığı tuzu ekliyorum. Bu arada 1 paket mantarı fazla kararmalarına izin vermeden hızlıca doğruyorum. Doğranmış mantarları da soğanlı karışımımızla buluşturuyorum. Etimiz zaten biraz pişmişti, mantarlar da kolayca pişen bir sebze olduğundan, yemeğimize üstünü aşmayacak kadar haşladığımız etimizin suyundan koyuyorum. Kısık ateşte suyunu çekip yağı ile kalana kadar pişiriyorum. Çatalınızı etin üzerine sapladığınızda dağılıyorsa mükemmel şekilde pişmiş demektir. Çok fazla su çekmişse elimizdeki haşlama suyundan sıcak olmak kaydıyla ilave edebiliriz. Piştikten sonra karabiberini ekleyip sunuma geçebiliriz.

