



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

OTLU SÖĞÜŞ ET

<https://www.elele.com.tr>

- 1 parça nuar
- 2 soğan
- 1 baş sarımsak
- Yarım limon
- 1 domates
- 1 dal kereviz sapı
- 2 defne yaprağı
- 10 tane karabiber
- 1 yemek kaşığı kekik
- 2 kahve kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Üstü için:
- 4 dal taze biberiye
- 4 dal taze adaçayı
- 4 dal taze tarhun
- 4 dal taze nane
- 4 dal maydanoz
- 4 dal taze kekik

Nuarın dış yüzeyine sivri bir bıçakla delikler açıp içlerine sarımsak dişlerini yerleştirin. Geniş yüzeyli bir tavayı orta ateşte ısıtın. 2 kahve fincanı zeytinyağı ekleyin. Nuarın her tarafını 15-20 dakika kızartın ve bir tencereye alın. Üzerini iki parmak geçecek kadar su ilave edin. İkiye bölünmüş domates, soğan, kıyılmış kereviz sapı, halka halka kesilmiş limon, kekik, tane karabiber, defne yaprağı ve tuzu ekleyip kaynamaya bırakın. Yaklaşık 10-15 dakika pişirdikten sonra ocağı kısın. Yaklaşık 2 saat tencerenin kapağı kapalı olarak nuar iyice yumuşayana kadar pişirin. Piştikten sonra tencerenin içinde soğumaya bırakın. Soğumuş olan nuardan ince dilimler kesin ve servis tabağına alın. Nuarı haşladığınız suyu bir süzgeç yardımıyla süzün ve etlerin üzerine gezdirin. Üst malzemesini bir kaptan harmanlayıp etlerin üzerine ekleyin ve servis yapın.



© lezzetler.com tarif no:127365 • adı:Otlu Sögüş Et • gönderen:Göksen • indirme tarihi:06.04.2025 - 12:17