



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAKIZLI ET

400 gr. dana eti
350 gr. arpacık soğan
2 adet patates
1 kaşık domates salçası ve tereyağı
1 çay kaşığı damla sakızı ve kimyon
Sıvı yağ
Tuz
Karabiber

Kuşbaşı etleri, bir güveçte kendi suyunu salıp çekene kadar pişiriyoruz. Suyunu çekince sıvı yağ ekliyoruz. İçine doğranmış patates ve soyulmuş arpacık soğanları ilave edip kavuruyoruz. Salça ilave edip kavurmaya devam ediyoruz. Ardından sakızı ve diğer malzemeleri ekleyip üzerini geçecek kadar kaynar su ilave edip kapağını kapatıyoruz. Patatesler pişince ocaktan alıp servis ediyoruz.

