



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SAKIZLI YAHNI

500 gr Kırmızı Dana Kuşbaşı
4 çorba kaşığı zeytinyağı
25-30 adet arpacık soğan (soyulmuş, bütün bırakılmış)
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
3 adet orta boy domates (rendelenmiş)
1 tatlı kaşığı damla sakızı (dövülmüş)
1 çay kaşığı kimyon
1 dilim portakal kabuğu (beyaz kısımları alınmamış)
1 adet defne yaprağı
200 ml su
1 çorba kaşığı sirke
Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Zeytinyağını ısıtıp, soğanları katın. Karıştırarak, soğanlar iyice sararınca kadar, yaklaşık 3-4 dak. soteleyin. Delikli kepçe ile bir tabağa alın.

Aynı tavaya etleri koyun. Hızlı ateşte ve karıştırarak, etlerin rengi değişinceye kadar, yaklaşık 3-4 dak. soteleyin. Kalın dipli ve yayvan bir tencerenin ortasına etleri, etrafına da soğanları yerleştirin. Üzerlerine sarmısağı serpip, rendelenmiş domatesi yayın.

Damla sakızı, kimyon, tuz ve karabiber serpin. Portakal kabuğu ve defne yaprağını ilave edip, suyu gezdirin.

Hızlı ateşte kaynama noktasına kadar ısıtın. Ateşi iyice kısıp, tencerenin kapağını kapatın ve etler yumuşayınca kadar, yaklaşık 45-50 dak. pişirin.

Sirkeyi ilave edip, 10 dak. daha pişirin. Sıcak servis yapın.

