



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ DANA MADALYON

1 kg. dana bonfile
1 adet havuç
2 adet sivri biber
3 dal taze soğan
6 diş sarımsak
2 dal maydanoz
1 adet çubuk tarçın
1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı kekik
Tuz
Sos için:
2 tatlı kaşığı buğday nişastası
1/2 çay bardağı su

Eti iki parmak eninde kesin. Üzerine iri doğranmış havuç, biber, soğan, sarımsak, maydanoz, tarçın, su, kekik ve tuz eklediğiniz eti; yumuşayana kadar pişirin. Çubuk tarçını çıkarıp madalyonları bir servis tabağına alın. Tencerede kalan su ve sebzeleri blender'dan geçirin. Nişastayı suyla açıp tencerede bir taşım kaynatın. Sonra etin üzerine gezdirin.