



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ DANA

Yarım kg Kemikli Dana Eti
3 Kereviz
3 Patates
3 Havuç
1 Soğan
2 Diş Sarımsak
3 Pırasa
Arpacık Soğanı
Defne Yaprağı
1 Demet Maydanoz
2 Dilim Fûme Jambon
Tuz

Soğanı temizleyin, sarımsağı ince doğrayın. Eti kalın tabanlı bir tencereye alıp soğan, sarımsak, maydanoz, defne yaprağı, tuz, biber ve üzerini örtecek kadar su ekleyerek kaynatın. Kaynamaya başlayınca ateşi kısın. Ara sıra suyunu kontrol edin ve üzerinde oluşan köpükleri kevgirle alın. Sebzeleri temizleyip iri dilimleyin. Et pişince sebzeleri ilave ederek 40-45 dakika kadar birlikte kaynatın. Et ve sebzeler yumuşayınca ateşten alın. Sıcak olarak servis yapın.