



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ ET SOTE

Yarım ay bardağı zeytinyağı
İkişer adet salçalı kırmızı biber ve dolmalık biber
2 diş sarımsak
1 adet sođan
200 gram mantar
500 gram dana eti
Tuz
Karabiber
Pul biber

Eti jülyen şeklinde doğrayın. Bir tencereye alıp, kısık ateşte kendi suyunu salıp çekene kadar pişirin. Zeytinyağını bir tavaya koyup jülyen doğranmış biberler, kıyılmış sarımsak ve piyazlık doğranmış soğanı ilave edin. 1-2 dakika soteledikten sonra dilimlenmiş mantarı ekleyip sotelemeye devam edin. Eti de ekledikten sonra kısık ateşte et yumuşayana kadar pişirin. Tavayı ocaktan alın. Tuz, karabiber ve pul biberi ekleyip sıcak servis yapın.

