



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIĞIR YAHNİ

Siğir butundan yağsız ve kemiksiz 1 kilogram parçayı yumurta büyüklüğünde doğrayıp bir tencereye koyunuz. Üzerine 1-2 soğan çentip bir kaşık tereyağı ilâvesiyle kuvvetli ateş üstünde tahta kaşıkla çeviriniz. Rengi dönmeye yüz tutunca bir kaşık un serpip pembe renk alıncaya kadar kızartınız. Bundan sonra etlerle beraber oluncaya kadar su, 5-6 kıyılmış sarımsak, bir çimdik baharat ve tuz ilâvesiyle kapayıp orta ateşe sürünüz. İyice pişince ince kıyılmış maydanoz serpip 1 dakika çevirip indiriniz.

Not: Et yağsız olduğu için tereyağı ilâvesiyle kızartmak ister. Pekâlâ etin yağlısını kullansak olmaz mı? Sorusu sorulursa olmaz yanıtı verilir. Nedeni şudur: Siğir eti yağı tereyağı gibi değildir; serttir, çabuk donar ve katı salçayı karıştırır.
