



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SOYA SOSULU DANA JULYEN

600 gr dana julyen  
Soya sosu  
Kırmızı pul biber  
Akdeniz baharat çeşnisi  
2-3 diş sarımsak  
1 baş kuru soğan  
Sıvı yağ

Şerit halindeki etlerimizi derin ve geniş bir kaba koyalım içerisinde bütün etlerin bulanabileceği kadar soya sosunu ilave edelim ve karıştıralım. Daha sonra içerisinde biraz pul biber ve akdeniz baharat çeşnisinden 2 tatlı kaşığı kadar koyup karıştıralım. Etlerin üzerini kapatıp enaz 6 saat buzdolabında bekletelim. Soyanın ve baharatların etlerle tam olarak marine edilebilmesi için 1 gece önceden etleri marine etmenizi öneririz. Soğanları şerit şerit doğrayalım. Çok az sıvı yağda derin bir tava içerisinde kavuralım ve üzerine marine edilen etleri ekleyelim. 10-15 dakika kadar sürekli çevirerek kavurduktan sonra etleriniz servise hazır.

