



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SUKİYAKİ

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

400 gr ince dilimlenmiş sığır eti
1 su bardağı soya sosu
1/2 su bardağı şeker
4 su bardağı dashi (balık suyu)
200 gr tofu (sert, dilimlenmiş)
1 demet yeşil soğan (uzunlamasına kesilmiş)
1 paket enoki mantarı (veya shiitake mantarı)
1 demet ıspanak (temizlenmiş)
1 su bardağı shirataki (Japon pirinç makarnası)
2 adet yumurta (isteğe bağlı, çiğ servis)

Soya sosu, şeker ve dashi'yi bir tencereye alın ve şeker tamamen eriyene kadar kısık ateşte karıştırın. Bu sos, Sukiyaki'nin tatlı-tuzlu temel lezzetini oluşturacaktır.

İnce dilimlenmiş eti, tofu, yeşil soğan, mantar ve ıspanağı ayrı ayrı hazırlayın. Malzemeler bir arada pişirileceği için hepsi eşit büyüklükte olmalıdır.

Sukiyaki tenceresinde veya geniş bir tavada az miktarda yağ ısıtın. İnce dilimlenmiş sığır etini ekleyin ve hafifçe kızartın. Et pişerken sosu üzerine dökün.

Et piştikten sonra tofu, mantar, yeşil soğan, ıspanak ve shirataki makarnasını ekleyin. Tüm malzemeler sosla pişene kadar kısık ateşte yavaşça karıştırın.

Sukiyaki'yi sıcak olarak servis edin. Japonya'da bu yemek bazen çiğ yumurtaya batırılarak yenir, ancak bu isteğe bağlıdır.

