



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞÜKÜR ETİ

1 kg dana kuşbaşı
1 adet kuru soğan
4 adet ufak domates
4 adet sivri biber
1 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı su

Önce kuşbaşı et düdüklüye konur, hızlı ateşte, kendi yağıyla 5 dakika kadar kavrulur. Sonra iri doğranmış soğan ilave edilir, 5 dakika daha çevrilir. Biber, domates, tuz ve su konur. Kapak kapatılır, pıı çıtıktan sonra ateş azaltılır, 12 dakika daha pişirilir.