



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SÜT DANASINDAN ANDORRA ETİ

Kullanılacak malzeme (4 kişilik):

1/2 Kg. süt danası (kemiksiz),
40 gram sadeyağ,
2 demet maydanoz,
1 limon,
1 iri soğan,
2 bardak et suyu,
yeteri kadar tuz,
1 çay kaşığı karabiber.

Yapımı : Maydanozla soğanı ince ince kıyın. Küçük bir tavada 20 gram sadeyağ eritin buna soğanla maydanoz katın. Tavanın üzerini kapattıktan sonra çok hafif bir ateşin üzerine koyun ve zaman zaman karıştırarak yarım saat kadar pişirin.

Bu arada, küçük bir kuşaneye kuşbaşı biçiminde kesilmiş olan et ile eritilmiş on gramlık sadeyağ koyun ve kuvvetli bir ateşte sık sık karıştırarak eti birkaç dakika kavurun. Et kızarmaya başlayınca buna yeteri kadar tuz, 1 çay kaşığı karabiber, dilim dilim kesilmiş bir limon ve iki bardak et suyuyla öbür tavadaki soğan, maydanoz ve yağ katın. Bir süre kuvvetli ateşte pişirilen tas kebabındaki limon dilimlerini çıkarın, sonra kabı fırına koyun ve orta ısıdaki bir fırında bir saat kadar pişirin. Suyu gereğinden fazla kalırsa bir süre daha fırında tutun. Sonra çukurca bir kaba koyarak sofraya çıkarın.