



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TANTUNİ DÜRÜM

Dana biftek (300 gram)
Soğan (1 adet)
Domates (1 adet)
Zeytinyağı (4 çorba kaşığı)
Sumak (1 çay kaşığı)
Kırmızı toz biber (1 çay kaşığı)
Tuz (1 çay kaşığı)
Su (1/2 çay bardağı)
Maydanoz (5-6 dal)
Lavaş (4 adet)

300 gram dana biftek etini ince ince dilimleyerek çok küçük küpler halinde doğrayın. Ocağa aldığınız tavaya 3 çorba kaşığı zeytinyağı koyun. Isınan yağın üzerine doğradığınız kuşbaşı etleri ilave edin ve karıştırarak kavurun. Yaklaşık 7-8 dakika kadar kavurduğunuz ete yaklaşık 1 çorba kaşığı zeytinyağı ve 1/2 çay bardağı su ekleyip, karıştırarak kavurun. Yaklaşık 1 dakika boyunca kavurduğunuz etin üzerine 1 çay kaşığı tuz serpin ve kavurmaya devam edin. 2 dakika daha kavurduğunuz ete 1 çay kaşığı kırmızı toz biber ekleyip birkaç kez karıştırdıktan sonra tavayı tezgaha alın.

1/5 demet maydanozu ince ince doğrayın. Kabuğunu soyduğunuz 1 adet soğanı ikiye kesip, yarım piyaz şeklinde doğrayın. Doğradığınız maydanoz ve soğanı bir tabağa aktarın. Kabuğunu soyduğunuz 1 adet domatesi ince dilimleyerek küçük kuşbaşı şeklinde doğrayıp bir tabağa aktarın.

Doğradığınız maydanoz ve soğanların üzerine 1 çay kaşığı sumak serpin, tabaktaki malzemeyi elinizle karıştırın. 4 adet lavaşı tezgâha koyun. Lavaşların ortasına kavurduğunuz tantuni etlerini paylaşarak koyun. Üzerlerine sumakla karıştırdığınız soğan ve maydanozları paylaşarak koyun. Son olarak doğradığınız domatesleri de koyduktan sonra lavaşları iki kenarından katlayarak dürüm biçiminde sarın.

[ML® Tantuni için tıklayın](#)

[ML® Tantuni \(görsel\)](#)



Fotoğraf "sabahtan" tarafından gönderildi. 03.11.2020

