



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TANTUNİ (MERSİN)

Lavaş  
350 gram dana antrikot  
2 bardak su  
1 adet soğan  
Çeyrek çay kaşığı sumak  
2 adet domates  
Yarım demet maydanoz  
Yarım limon  
Karabiber  
Pul biber ya da kırmızı toz biber,  
Tuz  
Zeytinyağı

Öncelikle etinizi yarım parmak boyutunda, ince şeritler halinde doğrayın. Doğramış olduğunuz eti iki bardak kadar su ile haşlamaya bırakın. Et ilk iriliğini bırakıp hafiften rengi dönünceye kadar pişmeye bırakın. 1 adet soğanı ince piyazlık olacak şekilde doğrayın ve küçük bir kaba alın. Soğanınıza çeyrek çay kaşığı kadar sumak ekleyerek hafif ovup karıştırın. Biraz pul biber ve limon ekleyip harmanladıktan sonra dinlenmeye bırakın. Tavanızı ocağa alıp ısıtın ve bir yemek kaşığı kadar zeytinyağı ekleyin. Zeytinyağı yerine ayçiçeği yağı ya da pamuk yağı da kullanabilirsiniz. Isınan yağınızın üzerine suyunu iyice süzmüş olduğunuz etinizi ilave edin ve karıştırıp kavurun. Biraz kavurduğunuz etin üzerine et suyunuzdan iki kepçe kadar ekleyip suyunu çekene kadar pişirin. Suyunu çeken etinize tekrar et suyundan ekleyin. Bu işlemi etleriniz yenecek yumuşaklığa gelene kadar tekrar edin. İyice renk alan ve yumuşayan etinizin üzerine bir yemek kaşığı kadar yağ ekleyin ve biraz daha kavurun. Pişen etinize damak zevkinize göre karabiber, tuz, pul biber ya da kırmızı toz biber ekleyerek tatlandırın. İki adet domatesi küp küp doğrayın ve ardından ete ekleyip 30 saniye kadar kavurup ocağı kapatın. Beklemeye aldığınız soğanın içine doğradığınız maydanozu ekleyerek karıştırın. Lavaşınızı ne kadar ince seçer ve ne kadar ıslatırsanız lezzeti o derece artar. Bir tane lavaşı alıp tavanın üzerine kapatarak bir yüzünü etli harcınızla iyice ıslatın. Tezgâha aldığınız lavaşın üzerine etli harcınızı uzunlamasına ekleyin. Ardından önceden hazırlamış olduğunuz soğan ve maydanozlu karışımınız ilave edin. Dilerseniz domatesi tavadaki etli harç ile pişirmeyip lavaşın içine çiğ halde de koyabilirsiniz. Tüm malzemeleri eklediğiniz lavaşınızı ince bir şekilde sarın ve ardından ortadan ikiye katlayın. Tantuniniz servis edilmeye hazır.



