



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TANTUNİ

2 adet lavaş ekmeđi,
2 adet soğan,
2 adet domates,
yarım demet maydanoz,
1 çorba kaşığı sumak,
250 gram sotelik doğranmış kuşbaşı et,
tuz,
karabiber,
kırmızıbiber,
1 çorba kaşığı tereyağı,
1 su bardađı su

Tencereye tereyağını koyun, kızdırın ve etleri ilave edin. Etler suyunu bırakıp çekince 1 su bardağı su ile ilave edin.

Kısık ateşte etlerin suyu kalmayıncaya kadar pişirin. Soğanı piyazlık olarak doğrayın. Tuzlu suda ovun, yıkayıp, sıkın. İçine küçük doğranmış domatesi, ince kıyılmış maydanozu, tuzu, karabiberi, sumacı ve kırmızı biberi koyup harmanlayın. Lavaş ekmeğini ikiye bölün.

Bir kenarına pişirdiğiniz etleri üzerine de soğanlı harcı koyun. Rulo yaparak sarın. Sıcak olarak servis yapın.
