



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TANTUNI

500 gr. dana biftek

Kimyon

Kekik

Eti keskin bir bıçakla çok ince kiyin. Demir veya yapismaz yüzekli bir tavayı hafifçe yağlayın. Tavanın büyüklüğüne göre eti ikiye veya dörde ayirin.

Kızdirdiginiz tavaya her seferinde bir miktar et koyup, devamlı karistirarak çok kuvvetli ateste 5 dakika kavurun. Etlerin tamamını bu şekilde pisirdikten sonra kimyon, kekik, pul kırmızı biber ve tuz serpip servis yapin.

[ML® Tantuni \(görsel\)](#)