



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TANTUNİ

Refika Birgöl

500 gr. Dana Bonfile
5 adet Lavaş
3 çorba kaşığı Zeytinyağı
1 adet Kırmızı Kopya Biber
2 adet Yeşil Dolmalık Biber
1 adet Havuç
1 parça Zencefil
3 diş Sarımsak
1 tatlı kaşığı İstot
6 adet Karanfil
1 tatlı kaşığı Karabiber
1 tatlı kaşığı Kırmızı Toz Biber
1 tatlı kaşığı Kırmızı Pul Biber
1 tatlı kaşığı Kimyon
Çeyrek demet Maydanoz
1 adet Limon
Acı Biber Ve Kornişon Turşusu
Tuz

İşe önce 500 gr bonfileyi tavla zarı büyüklüğündeki küplere kesmekle başlayın. Bu işlemi kasabınıza da yaptırabilirsiniz. Aynı bir kesme tahtasında da 1 adet kırmızı kopya biber, 2 adet yeşil dolmalık biber ve 1 adet havucu minik küpler şeklinde doğrayın. 3 diş sarımsağı bıçak yardımıyla ezerek püre haline getirin, aynı işlemi ceviz büyüklüğünde zencefile de uygulayın. Tantuni yapmanın sırrı porsiyonları küçük tutup, eti sulandırmadan pişirmek. Bu nedenle 500 gr bonfilenin hepsini aynı anda tavaya atmayın, 2-3 partide pişirin. Tercihen geniş bakır bir tavaya, 3 çorba kaşığı zeytinyağı koyup kızdırın, ilk parti bonfileleri ekleyip çevirin. Bakır tencere hemen ısındığı ve yağ kızgın olacağı için bonfileler içlerindeki suyu kaybetmeden pişeceklerdir. Sonra doğradığınız havuç ve biberlerin 1/3'ünü de ekleyip eti kavurmaya edin. Sebzeler ve et tavadaki tüm yağı içine çekip, tavanın dibi kurumaya başladığı anda 3-4 çorba kaşığı su ekleyin. Suyun amacı pişen tantuninin tavaya yapışan lezzetinin yanmasını engellemek. Bu lezzetli su uçmadan lavaş ekmeklerini bu sosa bandırın. Daha sonra zencefil, sarımsak ve baharatlarında 1/3'ünü ilave edin. Yalnız karanfili bütün koymak yerine bir havanda ezerek ilave edin. 2-3 dakika içinde pişen tantuniyi ayrı bir kaseye çıkarın. Aynı işlemi kalan 2 parti bonfileye uygulayın. Son olarak, ¼ demet maydanozu ince ince kıyın, tercih ettiğiniz tür turşuyu küp küp doğrayın ve 1 limonu da sıkılmak üzere parçalara ayırın. Lavaşın içine, et karışımını, maydanozu ve turşuyu koyup, 1 parça limon sıkarak lavaşı dürüm haline getirin.



© lezzetler.com tarif no:123292 • adı:Tantanı • gönderen:serüven • indirme tarihi:07.04.2025 - 09:59