



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ET TANTUNİ

<https://www.karaca.com>

600 gram dana eti  
1 adet kuru soğan  
Yarım demet maydanoz  
2 orta boy domates  
Tuz  
Kırmızı toz biber  
Sumak  
1 çay bardağı sıvı yağ  
1 su bardağı sıcak su  
Lavaş

Küçük parçalar hâlinde doğranan etleri kızgın tavada kavurun.  
Etlere suyunu çekince yağın ekleyin.  
Ardından soğanları ekleyerek kavurmaya devam edin.  
Soğanlar yumuşayınca domatesleri ekleyin.  
Suyunu, tuzunu ve baharatlarını ekledikten sonra bir süre pişmeye bırakın, sıcak servis edin.

