



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TATLI VE EKŞİ ET

www.vzug.com

500 g dilimlenmiş sığır eti
2 çorba kağı fındık yağı
1 yeşil biber, kare şeklinde kesilmiş
1 soğan, kalın doğranmış
1 demet yeşil soğan, ince doğranmış
120 g taze muz, parçalar halinde doğranmış
Tuz
Karabiber
Sos:
30 g mısır nişastası
1,75 dl pirinç sirkesi
140 g toz şeker
2 dl ananas suyu
120 g ketçap
1 çili biber, çekirdekleri çıkartılmış, ince doğranmış
40 g zencefil, ince küp şeklinde doğranmış
Pirinç
300 g yasemin pirinci
2,75 dl tavuk suyu
3 çorba kaşığı fındık yağı

Eti yağ, tuz ve karabiberle marine edin ve tepsinin üzerine dağıtın. Tepsiyi ısıtılmış fırına sürün. Kızartın. Kalan malzemeleri ekleyin ve fırınlamaya devam edin.

Sos için tüm malzemeleri iyice karıştırın. 5. adımdan sonra etin üstüne dökün.

Pirinç için tüm malzemeleri porselen kalıpta karıştırın. Kalıbı halen sıcak olan fırındaki ızgara teli üzerine koyun (etin bulunduğu farklı bir rafa). Eti ve pirinci iyice buharlayın.

