



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE SOĞANLI DANA KUŞBAŞI

750 gr. dana kuşbaşı
2 çay bardağı arpa şehriye
1.5 su bardağı su
4 çorba kaşığı sıvıyağ
3 tane domates
3 tane sivribiber
5-6 dal taze soğan
1 çay kaşığı tozşeker
1 çay kaşığı tuz ve karabiber

Soğan ve domatesleri soyup küp şeklinde doğrayın. Biberleri iri iri doğrayın. 2 çorba kaşığı sıvıyağı bir tencerede kızdırıp eti kavurun. Soğan ve biberleri ekleyip kısık ateşte kavurmaya devam edin. Et suyunu çekince domates, tuz, biber, tozşeker ve üzerini örtecek kadar su ilave edip etler hafif yumuşayınca kadar pişirin. Bir tencerede kalan yağı ısıtın. Şehriyeyi ekleyip kavurun. 1.5 bardak su ve tuz ekleyip şehriye suyunun yarısını çekene kadar kısık ateşte pişirin. Şehriyeyi geniş tabanlı bir güvece alın. Ortasına etli malzemeyi ekleyin. Güvecin ağzını alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 160 dereceye ayarlı fırında 40 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.