



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERBİYELİ ET

MALZEMELER;

500gr dana kuşbaşı
20-25 tane arpacık soğanı
5 tane havuç
2 tane patates
3 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tane yumurtanın sarısı
3 yemek kaşığı un
1 çay bardağı süt
tuz
karabiber
4 su bardağı sıcak su

YAPILIŞI;

Tencereye sıvı yağını koyun.Etleri kuşbaşı doğrayıp ısıttığınız yağın içine ilave edin.Etler suyunu salıp çekinceye kadar karıştırarak kavurun.Üzerine parmak şeklinde doğradığınız havuçları,soğanları,karabiberi ve tuzunu atıp soğanları pembeleşinceye kadar kavurun. Suyunu ilave edin ve ocağın altını kısın. Bu şekilde bir saate yakın pişirin.

Etler pişince sütü, yumurta sarısını, unu çirpin. Et suyundan bir-iki kaşık ilave ederek terbiyenin kesilmemesini sağlarsınız. Hemen tenceredeki yemeğe yavaş yavaş karıştırarak ilave edin. 15 dakika daha pişirin ve servis yapın.

[ML® Terbiyeli Biftek için tıklayın](#)