



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YER ELMALI SIĞIR ETİ

"Kitabüt Tabbahin" 13. yy. el yazması yemek kitabı
Günümüze Uyarlayan: Osman Güldemir

Siğir eti - 350 gr. (Kemiksiz, iri ve uzunca doğranmış, bir pamuk ipliği ile bağlanarak şekli sabitlenmiş)
Sarımsak 8 diş 16 gr. (Soyulmuş)
Sadeyağ 4,5 yemek kaşığı 45 gr.
Yer elması 10-12 orta boy 200 gr. (Soyulmuş, irice doğranmış)
Domates suyu 1 su bardağı 200 gr.
Su $\frac{3}{4}$ çb 75 gr.
Tuz 1 tatlı kaşığı 6 gr.

Ete bıçakla delikler delip, bu deliklere sarımsaklar yerleştirilir.
Bir tencereye içine yağ ile birlikte koyulur ve kapağı sıkıca kapatılır.
Hafif ateşte üç saat boyunca, yarım saatte bir çevrilerek pişirilir.
Yer elması, domates suyu ve su eklenip kapağı tekrar kapatılır.
Yeterince pişince sahanlara koyulur, çok hoş olur, meşhur yemektir. Patates koyulacaksa yağda kızartılıp koyulsa daha güzel olur.

