



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL VE KIRMIZI BİBERLİ DANA KUŞBAŞI

600 gr dana kuşbaşı
3 adet domates (rendelenmiş)
1 çay kaşığı biber salçası
4 adet dolmalık yeşil biber (2 cm. kalınlığında boylamasına dilimlenmiş)
4 adet dolmalık kırmızı biber (2 cm. kalınlığında boylamasına dilimlenmiş)
2 adet orta boy soğan (küp doğranmış)
30 gr un
1/2 demet maydanoz
1 adet küp şeker
200 ml su
1 çorba kaşığı elma sirkesi
15 gr badem
10 gr çam fıstığı
20 gr zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Dana kuşbaşıları tuz ve karabiberle lezzetlendirildikten sonra una bulanarak kenara alınır. Tencerede yağ kızdırılır ve etler pembeleşinceye kadar kavrulur ayrı bir kaba alınır. Etlere kavurduğunuz tencereye soğanlar ilave edilir ve renk değıştirenene kadar pişirilerek salça ilave edilir. Ardından sırasıyla iki çeşit biber, domates su, elma sirkesi, şeker ve etler ilave edilerek kısık ateşte tencerenin ağzı kapalı şekilde 45 dakika pişirilir. Pişmesine yakın kabaca doğranmış maydanoz ilave edilerek tencerenin altı kapatılır. Çam fıstığı ve bademler ayrı tavalarda yağ olmaksızın kavrulur ve etin üzerine konularak servis edilir.