



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL ZEYTİNLİ ET YAHNİ

500 gr. dana kuşbaşı
1 adet karanfil
1 çorba kaşığı tereyağı
2 adet havuç
15 adet arpacık soğan
3 diş sarımsak
1 su bardağı biberli yeşil zeytin
1 çorba kaşığı domates ve biber salçası
1 su bardağı su
1'er dal maydanoz ve nane
Tuz
Karabiber

Et, tereyağı ve karanfili, et suyunu salıp çekene kadar arada bir karıştırarak kavurun. Verev doğranmış havuç, arpacık soğan, kıyılmış sarımsak ve zeytini ekleyip, bir-iki dakika daha çevirin. Suda açtığınız salçaları, kıyılmış maydanoz, nane, tuz ve karabiberi ekleyip et yumuşayana kadar pişirin.

