



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## YOĞURTLU ŞEHİRİYELİ ET

- 1 kg parça et
- 1 kase yoğurt
- 1 su bardağı şehriye
- 4 diş sarımsak
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 2 çorba kaşığı un
- 2 su bardağı et suyu
- 1 tatlı kaşığı tuz

Et haşlanır. Şehriye de haşlanır. Tencereye yağ ve un konur kavrulur. Üzerine et ve şehriye katılır. Yoğurt, dövülmüş sarımsak, tuz ve et suyu karıştırılır. Tencereye eklenir. Orta ateşte bir taşım pişirilir. Sıcak servis edilir.

---