



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

SAKIZLI YAHNI



1 kg dana kuşbaşı
Yarım kg arpacık soğan
3 diş sarımsak
3 parça damla sakızı
1 çay bardağı sıvıyağ
Yarım çay bardağı üzüm sirkesi
1 çorba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz

- # Kuşbaşı et hiç bir şey ilave edilmeden tencereye aktarılır. Orta ateşe yerleştirilir, kapak kapatılır. Yarım saat pişirilir.
- # Arpacık soğanlar soyulur. Bir tavaya sıvıyağ konur ısınınca soğanlar atılır, yumuşayana kadar kavrulur.
- # Üzerine salça, ince kıyılmış sarımsak, sirke eklenir. Tuz serpilir.
- # Etin üzerine eklenir, karıştırılır. Ezilmiş sakızlar katılır.
- # Az miktarda sıcak su gezdirilebilir. Kapak kapatılır. 20 dakika kadar pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Sakızlı yahni İzmir'in Çeşme ilçesine özgü bir tariftir.