

Arnavut Güveci

Yumuşak dana eti, soğan ve salça ile hazırlanan geleneksel Arnavut güveci. 6 kişilik doyurucu Balkan lezzeti.

15 min

HAZIRLIK

50 min

PIŞIRME

1h 5min

TOPLAM

6

PORSİYON

Medium

ZORLUK



Malzemeler

- 3.3 libre dana eti
- 4 soğan
- 2 yemek kaşığı tereyağ
- 1 yemek kaşığı sıvı yağ
- 2 yemek kaşığı domates salçası
- 1 çay kaşığı tuz

Yapılışı

1 Malzemeleri hazırlayın

1,5 kg dana etini 2 cm'lik parçalar halinde kesin, kağıt havlu ile kurulayın. 4 soğanı soyun ve 1 cm küp şeklinde doğrayın.

2 Yağı ısıtın

Büyük kalın tabanlı bir tencerede veya döküm tencerede 2 yemek kaşığı olive oil ve 1 yemek kaşığı butter'ı orta-yüksek ateşte yaklaşık 2 dakika, butter köpürüp çekilene kadar ısıtın.

3 Eti kavurun

Dana parçalarını tek kat halinde, üst üste gelmeyecek şekilde ekleyin ve her tarafını toplam 8-10 dakika kavurun. Kavrulan etleri bir tabağa alın ve kenara koyun.

4 Soğanları pişirin

Ateşi orta seviyeye indirin ve aynı tencerenin içine doğranmış soğanları ekleyin. Ara sıra karıştırarak yumuşayıp altın rengi alana kadar yaklaşık 8-10 dakika pişirin.

5 Salçayı ekleyin

2 yemek kaşığı tomato paste ekleyip karıştırın ve koyulaşıp güzel koku çıkarana kadar 1-2 dakika pişirin.

6 Güveci kaynatın

Kavurduğunuz eti tekrar tencereye alın ve eti zar zor kaplayacak kadar sıcak su ekleyin, yaklaşık 3-4 su bardağı. 1 çay kaşığı salt ekleyin, kaynattıktan sonra ateşi kısın.

7 Kapağını kapatın ve ara sıra karıştırarak 45-50 dakika, et çatalla kolayca parçalanana ve su koyulaşıp sos kıvamına gelene kadar hafifçe kaynatın. Servis etmeden önce tadına bakıp gerekirse salt ekleyin.

Besin Değerleri

420	35g	8g	28g	2g	6g	680mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LİF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Dana etini 2 cm boyutunda eşit parçalar halinde kesin, böylece eşit pişme sağlanır.

Soğanları suyu tamamen buharlaşana kadar kavurmayı atlamayın - bu tatlılıklarını yoğunlaştırır ve güvecin sulu olmasını önler.

Daha derin, yoğun tat için salça yerine domates sosu kullanmayın, güveci sulandırmaz.

Güveç çok ince görünüyorsa son 15 dakikada kapağı hafif aralık bırakın, fazla nem buharlaşsın.

Tuz kontrolünü pişirmenin sonuna doğru yapın, çünkü uzun kaynatma sırasında tatlar yoğunlaşır.

Daha zengin tat için eti parça parça kavurun, böylece aşırı dolmayı önleyip düzgün karamelleşme sağlayın.

Servis etmeden önce 10 dakika dinlendirin, tatların oturması ve sosun hafif koyulaşması için.

petitegourmets.com