PETITE GOURMETS

RUS

Dana Stroganoff

Kremalı ve zengin beef stroganoff, lezzetli ekşi krema sosunda yumuşacık etle. Bu klasik Rus tarifi mükemmel bir rahatlık yemeği.

20 min	2h	2h 20min	8	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 900 g dana filetosu
- 1 bardak un
- 1 yemek kaşığı sarımsak tozu
- 1 çay kaşığı muskat
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 soğan
- 1 bardak brendi
- 1 bardak sek kırmızı şarap
- 3 bardak kemiksiz et suyu
- 1 yemek kaşığı tereyağ
- 1 bardak mantar
- 3 bardak ekşi krema
- 0 tutam tuz
- 0 tutam karabiber
- 3 yemek kaşığı frenk soğanı

Yapılışı

1. **Eti hazırlayın**

   900g eti yaklaşık 5mm kalınlığında ve 5cm uzunluğunda ince şeritler halinde kesin. Et şeritlerini kağıt havlu ile tamamen kurulayın.

2. Büyük bir kasede 1 su bardağı un, 1 yemek kaşığı paprika, 1 çay kaşığı sarımsak tozu ve 2 yemek kaşığı tuzu karıştırın. Et şeritlerini ekleyin ve un karışımıyla eşit şekilde kaplanana kadar karıştırın.

3. **Eti közleyin**

   Büyük kalın tabanlı tencere veya Dutch oven'da 2 yemek kaşığı yağı orta-yüksek ateşte parlayana kadar ısıtın. Et şeritlerinin yarısını tek katman halinde ekleyin ve altın kahverengi olana kadar her tarafı 2-3 dakika közleyin. Tabağa alın ve kalan etle tekrarlayın.

4. **Aromatikleri pişirin**

   Ateşi ortaya kısın ve aynı tencereye 1 dilimlenmiş soğan ekleyin. Soğan yumuşak ve altın kahverengi olana kadar sık karıştırarak 8-10 dakika pişirin.

5 **Deglaze edin ve haşlayın**

Tencereye 1 su bardağı şarap ekleyin ve tahta kaşıkla dibindeki kızarmış parçacıkları kazıyın (buna deglaze etmek denir). Közlenmiş eti tencereye geri koyun ve 3 su bardağı et suyu ekleyin.

6 Karışımı kaynatın, ardından ateşi kısın. Kapağını kapatın ve et çatalla koparılacak yumuşaklıkta ve kolayca ayrılana kadar ara ara karıştırarak 90-120 dakika kaynatın.

7 **Mantarları hazırlayın**

Büyük tavada 1 yemek kaşığı tereyağını orta-yüksek ateşte ısıtın. 1 su bardağı dilimlenmiş mantar ekleyin ve altın kahverengi olana ve suları buharlaşana kadar sık karıştırarak 5-7 dakika pişirin.

8 **Sosu koyulaştırın**

3 yemek kaşığı unu 1/2 su bardağı soğuk suyla topaksız tamamen pürüzsüz olana kadar çırpın. Bu karışımı ete karıştırın ve sos kaşığın arkasını kaplayacak kadar koyulaşana kadar 2-3 dakika kaynatın.

9 **Tamamlayın ve servis yapın**

Tencereyi ateşten alın ve pişmiş mantarları ve 1 su bardağı ekşi kremayı pürüzsüz olana kadar karıştırın. Tuz ve karabiberle tatlandırın. Pişmiş yumurta eriştesi veya pilav üzerinde hemen servis yapın.

Besin Değerleri

408	34g	12g	24g	2g	4g	1,053mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Eti közlerken ve sosu geliştirirken eşit ısı dağılımı sağlamak için kalın tabanlı Dutch oven veya derin tava kullanın. Bu, yanmaya neden olabilecek sıcak noktaları önler.

Eti kızartırken tavayı aşırı doldurmayın - gerekirse gruplar halinde çalışın. Aşırı doldurma, köz tutma yerine buğulama yaratır ve bu da zengin, karamelize tatların gelişimini engeller.

Sıcak tavaya eklemeden önce unu soğuk et suyuyla karıştırarak pürüzsüz bir un karışımı yapın. Bu, sosunuzda topak oluşmasını önler.

Ekşi kremayı karıştırmadan önce tavayı ateşten alın, böylece kesilmesini önleyin. Sos kesilirse, tekrar bir araya getirmek için bir yemek kaşığı soğuk ekşi krema çırpın.

Soğanları altın ve yumuşak olana kadar pişirin - bu genellikle 8-10 dakika sürer ve ekşi kremayı dengeleyen tatlı, karamelize tat geliştirir.

Ekstra derinlik için, eti kızarttıktan sonra tavayı brandy veya şarapla deglaze edin, tava dibindeki kızarmış parçacıkları kazıyarak alın.

Sert et parçaları kullanıyorsanız, lif yönünün tersine çok ince dilimleyin ve pişirmeden önce un karışımında 30 dakika marine etmeyi düşünün.