

Arpacık Soğanlı Mantarlı Et Sote

Süre: 45 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 30 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 500 g dana kuşbaşı
- 350 g kültür mantarı
- 8 arpacık soğan
- 1 kapya biber
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kekik
- Yarım çay bardağı sıcak su
- Tuz ve karabiber

Ön Hazırlık:

Dana kuşbaşını benzer büyüklükte parçalar halinde ayıklayın. Arpacık soğanları soyun; mantarları nemli bezle silip kalınca dilimleyin, kapya biberi çekirdeğinden ayırıp doğrayın. Etle sebzeleri ayrı tabaklarda tutun; zeytinyağı, kekik ve sıcak suyu pişirme başlamadan ölçün.

Servis Önerisi:

Etleri ve arpacık soğanları tabaklara paylaştırıp mantarlı tava suyunu üzerlerine gezdirin. Yanına sade bulgur pilavı ya da ekmek koyun; mantar aromasını bastırmamak için eşlikçiyi hafif tutun.

Yapılışı:

1. Et ve sebzeleri hazırlayın:

- Dana kuşbaşını kurulayın. Arpacık soğanları soyun; kapya biberi doğrayıp mantarları nemli bezle silerek dilimleyin.
- Mantarları suda bekletmeyin; fazla su sote sırasında renk almalarını geciktirir.

2. Eti mühürleyin:

- Geniş ve kalın tabanlı tavada zeytinyağını kızdırıp eti partiler halinde yüksek ateşte renk alana kadar kavurun.
- Eti üst üste yığmayın. Dışı mühürlenen parçaları tabağa alın.

Kiraz'ın Mutfağı

3. Soğan ve mantarı soteleyin:

- Aynı tavada arpacık soğanları birkaç dakika çevirin. Mantar ve kapya biberi ekleyip mantarların saldığı su çekilene kadar pişirin.
- Kekiği, tuzu ve karabiberi ilave edin; eti tavaya geri alın.

4. Eti yumuşatın:

- Yarım çay bardağı sıcak suyu ekleyip kapağı kapatın; kısık ateşte et yumuşayana kadar yaklaşık 20–25 dakika pişirin.
- Sıvı tamamen çekmeden et sert kalırsa az miktarda sıcak su ekleyin; servis öncesi kıvamı ve tuzu kontrol edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Kuşbaşı et çatal bastırınca kolayca ayrılmalı, arpacık soğanlar yumuşayıp şeklini korumalıdır. Mantarlar önce saldığı suyu çekip renk almalı; tavada malzemeleri kaplayan az miktarda koyu sos kalmalıdır. Et sertse kapağı kapalı pişirmeyi biraz uzatın.

Saklama:

Artan soteyi servis sonrasında iki saat geçmeden sığ, kapaklı kaba alıp buzdolabına kaldırın. Yeniden ısıtırken mantar ve etin kurumasını önlemek için tavaya bir-iki kaşık sıcak su ekleyip kapağı kapatın.

>> **İpucu:** Mantarları ayrı tavada yüksek ateşte renk aldırmak yemeğin sulanmasını önler.

Kiraz'ın Mutfağı