



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

Guvec De Coeur

Yürek Güveci



1/2 cœur de bœuf
2 oignons
2 carottes
2 Pommes de terre
2 Poivrons rouges
2 poivron verte
4 tomates
1 café tasse d'huile végétale
1 feuille de laurier
1 cuillère à café de sel

- # Nettoyez la graisse du cœur puis coupez en petit morceaux.
- # Épluchez les carottes puis coupez en demi cercle. Coupez les pommes de terre et les tomates en petit morceaux. Coupez les oignons et les piments en gros morceaux.
- # Mettez de l'huile dans un güveç en terre. Quand l'huile chauffe, rajoutez les carottes et les oignons. Faites cuire à moyenne température.
- # Rajoutez le cœur, puis faites cuire jusqu'à que la couleur change. Saupoudrez un peu de sel. Placez des feuilles de lauriers.
- # Rajoutez des pommes de terre, des piments et des tomates sans mélanger. Rajoutez le sel qui reste.
- # Fermez le couvercle du güveç. Faites cuire à très basse température pendant 1 heure.
- # Laissez reposer pendant 15 minutes après avoir retiré du feu. Prenez les feuilles de lauriers puis servez.

N-B; Si vous tenez les feuilles de lauriers très longtemps dans le plat, il deviendra amer.