BAHARATLI SIĞIR FİLETOSU

1 kg'lık sığır filetosu
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
4 dilim jambon (şerit biçiminde kesilmiş)
2 diş sarımsak (her biri ikiye bölünmüş)
60 gr (4 çorba kaşığı) tereyağı
1+1/4 su bardağı et suyu
2 tatlı kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı hindistancevizi
15 gr (1 çorba kaşığı) unlu tereyağı

Önce, fırınınızı yüksek sıcaklığa (230" C) getirip, ısıtınız.
Filetoya tuz ve biberi serpiniz. Ette keskin bir bıçakla enlemesine dört yarık açınız. (Her yarık filetonun yaklaşık olarak yarısına kadar açılmalıdır.) Yarıklara birer dilim jambon ve yarımşar diş sarımsak yerleştirip eti bağlayınız.
Büyük bir tencerede yağı, orta ateşte eritiniz. Yağ kızınca filetoyu tencereye koyup, arasıra çevirerek 12 dakika, her tarafı kahverengileşene kadar kızartınız.
Et suyunu döküp, tarçın ve hindistancevizini ekleyerek tencereyi ateşten alınız. Tencereyi fırına sürüp, eti 25-30 dakika, yumuşayana kadar pişiriniz.
Et pişince tencereyi fırından alıp, iki büyük çatalla eti tencereden ısıtılmış bir servis tabağına çıkarınız. (Sosu hazırlarken, eti sıcak olarak saklayınız.)
Sosu hazırlamak için, tencereyi orta ateşe oturtup, pişme suyunu kaynatınız. Pişme suyu kaynayınca, unlu tereyağı ekleyip sosu 5 dakika daha, kalınlaşana kadar pişiriniz.
Tencereyi ateşten alıp, sosun bir kısmını etin üstüne dökünüz. Kalan sosu ısıtılmış bir sosluğa boşaltıp, etle birlikte servis ediniz.

Not: Klasik bir İspanyol yemeğinin değiştirilmiş bir biçimi olan baharatlı sığır filetosu, öteki et yemeklerinden tarçın ve hindistancevizinin değişik tadıyla hemen ayrılır.

© lezzetler.com tarif no:64445 • adı:Baharatlı Sığır Filetosu • gönderen:bitmeyen şarkı • indirme tarihi:20.04.2024 - 04:45