



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CHATEAUBRIAND (FRANSA)

Fransız Devlet adamı CHATEAUBRIAND (1768-1848) ahçı başısı Mont Mireil tarafından icat edilmiştir.

350 - 400 gr. sığır ifletosu (kalın ve orta kısım)
Az tuz, bir çimdik karabiber
3 çorba kaşığı rafine yağı
2 adet küçük domates (garnitür için)
2 adet mantar sapı kesilmiş
Dört-beş yaprak su teresi yoksa maydanoz

Sığır filetosunun kestiğiniz kısmın üzerine oturtup hafifçe bastırarak lüzum ederse vurarak biraz yassıltınız
Üç dört parmak kalınlığında olmalıdır, sonra tuzlayıp biberleyip yağlayınız, kızgın kömürlü ızgarada beş altı dakika bir tarafını beş altı dakika öbür tarafını pişirip bir servis tabağına veya şatobrian tahtası üzerine koyunuz
Domatesleri bir kaç dakika fırında veya ızgarada pişirip mantarları tereyağında sote yapıp domateslerin üzerine oturtunuz
Domatesleri şatobrianın yanına koyup su teresi veya maydanozu da yanına koyup servis ediniz
Garnitür olarak kızarmış patates (pomfrit) ve sosbernez veriniz.