



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

DOMATES SALÇALI BONFİLE FIRINDA

Kullanılacak malzeme (4 kişilik):

750 gram bonfilelik sığır eti,
1 çorba kaşığı tuzsuz domates salçası,
1+1/2 çorba kaşığı sadeyağ,
yeteri kadar karabiber,
yeteri kadar tuz,

Yapımı : Etin ancak sığabileceği bir kaba 1 çorba kaşığı sadeyağla kasaptan kesilmeden alınacak bonfilelik et konur. Sonra kap, ısısı üstten verilmiş kızgın fırına sürülür.

Etin 10 dakika bir yanı, 10 dakika öbür yanı altta kalmak üzere bonfile 20 dakika pişirilir. Bonfilenin her iki yanı da piştikten sonra et kaptan çıkarılır ve sıcak bir yerde tutulan servis tabağına alınır, dört eşit parçaya kesilir. Tuzla biberi serpilir. Kapta kalan salçaya 1/2 çorba kaşığı sadeyağ, 1 çorba kaşığı tuzsuz domates salçası, yeteri kadar tuz ve karabiber katılır ve kap orta ısıdaki bir ateşe oturtulur. 5.6 dakika kadar kaynatılır. Salça iyice pişip kıvamına gelince servis tabağına boşaltılır ve bu güzel yemek sıcak sıcak sofraya çıkarılır.