



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ BONFİLE

Emine Beder

1/2 KG. BONFİLE
3 ORTA BOY DOMATES
2 ORTA BOY SOĞAN
6-7 DİŞ SARIMSAK
4-5 SİVRİBİBER
1 ÇORBA KAŞIĞI TEREYAĞI VEYA MARGARİN (30 GR.)
3 DEFNE YAPRAĞI
4 ÇORBA KAŞIĞI SIVI YAĞ
TUZ
KARABİBER

Bonfilelere arkalı önlü tuz ve karabiber serpelim. Tavaya tereyağını alıp eritelim. Bonfileleri hafifçe renk alana dek arkalı önlü kızartarak tavadan alıp yayvan bir tencereye dizelim. Ayrı bir tavaya sıvı yağı alıp piyaz doğranmış soğanları ve sarımsakları ekleyerek pembeleşene dek kavuralım. Tavla zarı iriliğinde doğranmış domatesleri, doğranmış sivribiberleri, tuzu ve karabiberi ekleyerek 2-3 dk. daha kavuralım ve ateşten alıp bonfilelerin üzerine gezdirelim. Defne yapraklarını ilave edelim. Ağır ateşte ve kapaklı olarak bonfileler yumuşayana dek pişirerek defne yapraklarını çıkarıp servis yapalım.



Fotoğraf "Göksen" tarafından gönderildi. 10.10.2016