



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FILEMİNYON SOTE GASRONOM

FILETS MIGNOS SAUTEE GASTRONOMME

8 adet siğır filetosu (75-85 gr. tanesi)

Tuz

Bir çimdik karabiber

4 çorba kaşığı rafine yağı

1 adet orta boy domates

1 çay fincanı dilimlenmiş mantar

4 dilim dil fûme

1 dilim jambon

1 tatlı kaşığı tereyağı

1 su bardağı kaynar süt

4 çorba kaşığı soğuk süt

1 çorba kaşığı tepeleme dolu un (15 gr.)

1 adet soğan piyaz doğranmış

1 tatlı kaşığı margarin

6 çorba kaşığı krema

Dil ve jambonu kibrit gibi dilimleyiniz.

Domatesin kabuklarını soyup çekirdeklerini çıkarıp ince kıyınız.

Küçük bir kasrola veya dibi kalın tavaya tereyağını koyup eritip mantar, dil ve jambonu ilâve edip orta ateşte iki dakika sote yapıp domatesi ilâve ediniz.

İki dakika kaynatıp ateşten alınız.

Başka küçük bir kaba margarini koyup kızdırıp soğanı ilâve ediniz, bir dakika sote yapıp kırmızı biberi ilâve edip ateşten alınız, ilk sıcaklığı geçince soğuk sütü ve unu ilâve edip iyice karıştırıp kaynar sütü ilâve ediniz.

Orta ateşte karıştırarak dört dakika kaynatıp yukardaki mantarlı harcın içerisine süzdürünüz.

Filetoları hafifçe bastırıp yassıltıp tuzlayıp biberleyiniz.

Dibi kalın bir tavaya veya kasrola rafine yağını koyup kızdırıp filetoları ilâve ediniz.

Orta ateşte ikişer üçer dakika alt üst kızartıp bir güvece veya graten tabağına çıkarınız.

Tavanın içindeki yağı döküp kremayı ve hazırladığınız mantarlı dilli jambonlu sosu üzerine döküp servis ediniz.

Not: Yanında garnitür olarak patates püre yoksa pilav veriniz