



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

FIRINDA BONFİLE

750 gram bonfile

20 gram margarin (1 çorba kaşığı)

Tuz

Eti ancak alabilecek büyüklükteki bir kaba; bir silme çorba kaşığı margarin ile üst ve geniş kısmından tek parça bırakılmış 750 gr. bonfileyi kesmeden olduğı gibi koyarak, eti ateşı üstten verilmiş kızgın fırına sürmeli ve eti 10 - 12 dakika bir, 10 - 12 dakika da diğerk tarafı olmak üzere toplam olarak 20 - 24 dakika pişirmelidir.

Et piştikten sonra; fırın ısısını yarıya kadar kısmak suretiyle bonfileyi beş dakika daha pişirmeli ve fırından alarak, tuzlamalı ve tabağı alarak üstüne salçasını dökmeli ve servis yapmalıdır.

Not: 20 dakika pişen et kanlı, 24 dakika pişen ise az kanlı olur. Fakat bonfileyi bundan fazla pişirmek doğru değildir.