



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FISTIKLI BONFİLE

1 adet bonfile
Yarım lt süt
1 çorba kaşığı tereyağı
80 gr antepfıstığı
1 tane kabak
1 adet havuç
1 adet brüksel lahanası

İlk olarak çukur bir tavada beşamel sosumuzu hazırlıyoruz; sütümüzü tavaya koyuyor sonra knorr başamel sosu ilave ediyoruz. Kısık ateşte kaynayınca kadar çırpıyoruz. Hazır olan beşamel sosu 1 dakika kadar bekletiyoruz. Bir tavada az miktarda tereyağını eritip antep fıstıklarını hafifçe kavurup beşamel sosu ekliyoruz, hazır olan sosu biraz bekletiyoruz. İncelene kadar dövülmüş bonfileyi tavada bir miktar tereyağı ile kızartıyoruz. Kızarttığımız bonfileyi önceden hazırlamış olduğumuz beşamel sosun içinde biraz bekletiriz, diğer yandan da havuç, kabak, taze fasülye ve brüksel lahanasını haşlarız, sonra haşlanmış olan sebzeleri bir tavada tereyağı, bir miktar tuz ve kekik ile soteleriz. Hazır olan bonfilemizi servis tabağına alır etrafını da haşlanmış sebzelerle süsleriz.