



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FISTIKLI ÇÖP BONFİLE

4 kişilik
2 orba kaşığı dolmalık fıstık
200 gram tavuk göđsü
200 gram bonfile süt danası
200 gram mantar
1 kutu krema
2 orba kaşığı tereyağı
2 orba kaşığı dolmalık fıstık
tuz
karabiber

Yağı eritem. Dolmalık fıstıkları pembeleşinceye kadar kavuralım. Yađdan çıkartıp, bir kenarda bekletelim. Bonfile eti ince uzun doğrayalım. Yađda etler sularını salıp, çekene kadar kavuralım. Etlerin pişmesine yakın uzunlamasına kesilmiş mantarları ve kuşbaşı doğranmış tavuk etlerini tavaya alalım. Etler yumuşadığında tuzunu ve biberini ayarlayarak kremayı ve dolmalık fıstıkları ilave edelim. Bir süre daha ateşte tuttuktan sonra tabaklara alarak servis yapalım.

Not: Kremayı ilave ettikten sonra fazla kaynatmayın, krema kesilebilir.