



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEREVİZ PÜRESİ YATAĞINDA SEBZELİ BİFTEK

<https://www.elele.com.tr>

4 biftek
2 havuç
200 g brokoli
3 kereviz sapı
2 soğan
5 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tepeleme tatlı kaşığı un
2 su bardağı sıcak su
Tuz
Karabiber
Püre için:
4 kereviz
3 patates
60 g tereyağı
Tuz
Karabiber
Rendelenmiş muskat

Kereviz ve patateslerin kabuklarını soyup iri doğrayın. Tencereye alıp üzerini geçecek kadar su ekleyin ve orta ateşte iyice yumuşayınca kadar pişirin. Suyunu süzüp blenderden geçirerek püre haline getirin. Tereyağı, tuz, karabiber ve rendelenmiş muskat ekleyerek karıştırın. Etleri iki parmak kalınlığında doğrayın. Havuçların kabuklarını soyup dilimledikten sonra şekilli kalıp ile kesin. Soğanı piyazlık doğrayın ve zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavurun. Etleri ekleyip birkaç dakika soteleyin. Brokolileri, havucu ve doğranmış kereviz saplarını ekleyin. Sıcak su ekleyin ve kısık ateşte etler yumuşayınca kadar pişirin. Gerekirse su ilavesi yapın. Unu suda çözerek yemeğe ekleyin. Tuz, karabiber ile tatlandırın ve birkaç dakika daha pişirdikten sonra ocaktan alın. Tabağa kereviz püresini yayın. Üzerine et karışımından ekleyerek sıcak servis yapın.

