



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MAKARNA YATAĞINDA PORTAKALLI BONFİLE

- 3 adet portakal
- 2 diş ezilmiş sarımsak
- 2 yemek kaşığı soya sosu
- 1 kg ince dilimlenmiş bonfile
- 1 yemek kaşığı mısır nişastası
- 2 yemek kaşığı margarin
- 1 adet ince doğranmış pırasa
- 1 paket tagliatele makarna

Makarnayı bildiğimiz şekilde içine 1 yemek kaşığı margarin koyup pişiriyoruz. Daha sonra portakallardan bir tanesinin kabuğunu rendeleyin. Daha sonra suyunu sıkın ve her ikisini bir kaba alın. Diğer portakalları ise tane tane dilimleyin. Dilimlenmiş portakalları bir kenara alın. Portakal suyunun içerisine 2 kaşık soya sosunu ve ezilmiş sarımsağı ekleyin. Etleri mısır nişastası ile bulayın. Tavaya 1 yemek kaşığı margarin koyun ve margarin ısınınca kümeler halinde etleri her bir tarafı kızarıncaya kadar pişirin. Etleri bir kenara alın. Tavaya portakal suyu karışımını ekleyin ve kıvama gelinceye kadar 1-2 dakika pişirin. Daha sonra etleri ilave edin. İnce dilimlenmiş pırasaları ve portakal dilimlerini ilave edin. 1-2 dakika daha pişirin. Makarnanın üzerinde veya yanında servis edin.

