



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATES PÜRELİ HİNDİ BONFİLE

- 1 tabak hindi biftek
- 400 gram patates
- 4 çorba kaşığı tereyağı
- 1 su bardağı krema
- 1 adet etli kırmızı biber (doğranmış)
- 1 adet yeşil dolmalık biber (küp doğranmış)
- Karabiber
- 8 adet mantar
- 1 çay kaşığı soya sosu

Patateslerin üzerini birkaç yerden çatala delin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 50 dakika pişirin. Elle tutulunca-ya kadar dinlendirin. Soyun ve püre kıvamına gelene kadar çatala ezin. 5 parçaya bölün. Yağlı kağıt yayılmış fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında üzerleri kızarıncaya kadar pişirin. Bir çorba kaşığı tereyağını ısıtın. Etleri ilave edin. Her yüzünü 3'er dakika pişirin. tavadan alıp sıcak tutun. Ayrı bir tavada kalan yağı ısıtın. Etli kırmızı biber, yeşil dolmalık biber, tane karabiber ve mantarı ilave edin. karıştırarak 3-4 dakika soteleyin. Soya sosu ve kremayı ekleyin. Kaynama noktasına kadar ısıtıp etleri katın. 5 dakika pişirin. Tabaklara kızarmış patates pürelerini koyun. Etleri yerleştirin. Sosu üzerlerine gezdirin.