PORTAKALLI BONFİLE

5 dilim bonfile (ince şeritler halinde doğranmış)
2 adet büyük portakal
3 çorba kaşığı sıvıyağ
2 çorba kaşığı susam yağ
2 adet havuç
3 dal taze soğan
2 adet soya sosu

Kabuklarını rendenin ince tarafı ile rendelediğiniz portakalların suyunu, ince şeritler halinde kesilmiş bonfile parçalarının üzerine koyun ve yarım saat dinlendirin. Daha sonra marine suyunu bir başka kaba alarak, etleri hafif kızdırılmış sıvıyağ ve susam yağında pembeleşene kadar kavurun. Daha sonra yine ince şerit şeklinde doğranmış havuçları ekleyin ve kavurmaya devam edin. Taze soğanları, yeşil kısımları da dahil olacak şekilde kıyın ve tavaya ekleyin. Yaklaşık 10 dakika kavurduktan sonra soya sos ve marine suyunu da ilave ederek, 10 dakika daha kısık ateşte pişirmeye devam edin.



Fotoğraf "AyGölgesi" tarafından gönderildi. 24.11.2014

© lezzetler.com tarif no:68928 • adı:Portakallı Bonfile • gönderen:Hiç Kimse • indirme tarihi:29.03.2024 - 13:06