



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ROPA VIEJA (KÜBA)

250 gram dana bonfile
2 çorba kaşığı küp doğranmış taze soğan
2 çorba kaşığı tavla zarı büyüklüğünde doğranmış avokado
3 çorba kaşığı küp doğranmış renkli biber
2 çorba kaşığı küp şeklinde doğranmış ananas
2 çorba kaşığı küp şeklinde doğranmış kivi
2 çorba kaşığı küp şeklinde doğranmış kabak
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı salsa sos
Tuz
Karabiber

Dana bonfileyi tuz ve karabiberle tatlandırdıktan sonra tavada kızartın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-15 dakika daha pişirin. Bütün sebzeleri tereyağı ile bir tavada soteleyin. Servis tabağına bonfileleri dizin. Sebzelerle birlikte servis yapın.

