



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

TANE KARABİBER SOSLU ÖRDEK FİLETOSU

1 dl et suyu
1 yemek kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
2 yemek kaşığı tereyağı
1 adet defne yaprağı
1 adet limon
1 adet soğan
4 adet ördek filetosu
200 gr mantar
10 adet karabiber

Kıyılmış soğanı bir çorba kaşığı zeytinyağında sarartın ve et suyunu ekleyin. Kuvvetli ateşte birkaç dakika pişirerek sıvının bir kısmının buharlaşmasını sağlayın. Sonra buna 1 bardak su, defne yaprağı, karabiber ekleyip 15 dakika daha orta ısıda pişirin. Mantarların saplarını kopartıp ve kesmeden tam olarak limonlu suda 5 dakika pişirin. Sonra süzüp mikserden geçirin, tuzunu biberini ayarlayın; tereyağları da ekleyip püre yapın. Önce yaptığınız soğan sosunu bu ince süzgeçten geçirip hafif ateşte pişirerek biraz daha buharlaştırın. Sonra bu sosu mantar pürenize ekleyin. Ördek filetolarınızı hiç yağ kullanmadan teflon tavada orta ateşte her yüzünü 4'er dakika kızartın. Ördek filetolarınızın üzerini püre ile kaplayıp servis yapın. İsterseniz filetolarınızı ince uzun şeritler halinde kesip pişirebilirsiniz.