



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ALEVLİ FILE GULAŞ

300 gr julienne doğranmış bonfile
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı ince doğranmış soğan
10 cl demi glace sos
1 çorba kaşığı tane karabiber
1 çay kaşığı tuz
1 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz

Doğranmış bonfileler biberlenerek, tuzlanır. Flambe ocağı misafir önünde yakılarak tava ocağı konularak ısıtılır. Tereyağı yakmadan eritilir ve bonfile parçaları ilave edilir 3-5 dakika pişirilir ve soğanlar ilave edilir 1-2 dakika kavrulur tava ateşe doğru eğilerek alevlendirilir. Ateş sönünce bonfileler reşoya alınır. Demi glace sos ilave edilerek ısıtılır. Daha sonra reşoda ki bonfileler sosa konulup karıştırılır. Tabaklara konarak maydanozla servis edilir.