



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANANASLI BİFTEK

500 gr inceltiilmiş biftek
1 adet bütün ananas
2 adet soğan
2diş sarımsak
2 ince dilim dilim zencefil
1 çorba kaşığı soya sosu
3-5 adet minik mısır
100 gr margarin
1 çay kaşığı Tuz
1 çay kaşığı Karabiber
Marine için;
5 çorba sirke
5 çorba süt
1 çorba bal

Bütün ananası ortadan ikiye kesin ve meyvesine zarar vermeden, kenarlarından fileto bıçağıyla keserek içini çıkartın. Bifteği buzdolabı poşetine koyun, üzerine tokmakla vurarak inceltin ve dilimleyerek yukarıda verdiğim malzemelerle marinasyona yatırın. Tavaya margarin ekleyerek dilimlediğiniz ananasları yüksek ateşte pişirmeye başlayın. Ananasların altını ve üstünü pişirdikten sonra ince ince dilimlediğiniz soğanları, sarımsakları, mısırları, zencefili, soya sosunu, etleri, tuzu ve karabiberi ilave ederek tüm karışım karamelize olana kadar tavada çevire çevire pişirin. Tavadaki malzemelerin harlı ateşte kuruyup yanmaması için ara ara küçük bir kepçeyle su ilave edebilirsiniz. Karışımınız karamelize olduğunda, ananastan yaptığınız kaseinin içine yerleştirin ve servis yapın.

