



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ANTRKOT DUBLE TRANŞ SERVİSİ

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2006

Fileto kaburga kemiğinden ayrılarak 400-500 g (iki kişilik ) bir parça kesilir. Kesilen et hafifçe yassılaştırılarak tava veya ızgarada pişirilir.

Tranş çatalı ile üstten desteklenip, bıçakla da alttan kaldırılarak tranş tahtasına alınır.

Şatobiryanda olduğu gibi çatalla üstten bastırılırken, hafif sağa doğru yatık tutulan bıçakla fazla bastırmadan fakat ileri geri hareket ettirilerek dört dilim (iki parça bir porsiyon) servis eldir. Misafirler isterlerse küçük parçalarda servis edilir.

---