



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARPACIK SOĞANLI NARLI BİFTEK

Malzemesi:

4 dilim biftek

32 adet arpacık soğan

2 yemek kaşığı sirke

1 kahve fincanı zeytinyağı

1 adet defne yaprağı

2 adet orta boy nar

1 tatlı kaşığı tuz

Fırınınızı 180° ısıtınız. Genişçe bir tavaya zeytinyağını koyup orta ateşte kızdırınız. Kızmış yağda biftek dilimlerini alt üst ederek kızartınız. Kızaran bifteklerin yağını süzdükten sonra fırın kabına alınız. Tavada kalan kızgın yağda arpacık soğanları kızartınız. Kızaran soğanların da yağını süzerek bifteklerin yanına alınız. Fırın kabına bir bardak suyla karıştırılmış sirkeyi, tuzu ve defne yaprağını koyunuz. Üzerini alüminyum folyo ile kapatıp fırına sürünüz. Yaklaşık 40 dakika sonra fırın kabının üzerindeki folyoyu alınız. Nar tanelerini etlerin üzerine serpiştirip tekrar fırına koyunuz. Yaklaşık 15-20 dakika sonra kabı fırından çıkartınız.

Servis: Etleri servis tabağına alınız. Yanında yeşil salata ve kızarmış patatesle birlikte sıcak sıcak servis yapınız.