



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİFTEK KIZARTMASI

4 parça biftek
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kekik
Kızartmak için sıvıyağ

Geniş bir tavaya sıvıyağını alıp iyice kızdırın.
Etleri, aralıklı olarak tavaya dizin.
Yüksek ateşte her iki tarafını bir dakika kızartın.
Etler suyunu bırakıp çekene kadar pişirmeye devam edin.
Ateşin ısınıı düşürüp tuz ve kekik ilave edin.
Tavanın kapağını kapatıp üç dakika pişirin.