



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİFTEK KIZARTMA

3 parça dana biftek
2 çorba kaşığı zeytinyağı (eti dinlendirmek için)
2 çorba kaşığı zeytinyağı (eti pişirmek için)
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı kekik
Tuz

Biftekleri 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile yağlayın ve ağzı kapalı bir kaptan en az yarım saat buzdolabında dinlendirin. Eti pişirmeden 10 dk önce dolaptan çıkarın , oda ısısına gelsin. Soğuk eti direkt tavaya atarsanız sertleşir. Biftekleri kızartacağınız tavayı ocaktan biraz ısıtın. 2 çorba kaşığı zeytinyağını teflon tavaya alın kızdırın. Biftekleri tavaya alın.Orta derecede kızartmaya başlayın. Çevirirken çatal kullanmayın, maşa kullanın. Rengi döndükçe biftekleri çevirin. Pişmeye başlayınca tuzunu ve kekiğini serpin. Tereyağını ekleyin, birer kere daha çevirin. Pişen biftekleri tabaklara alıp soğumadan servis edin.

