



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BONFİLE FIRIN ÇEVİRMESİ

1 parça sığır bonfilesi (1,5 kilo net)
1/2 çay kaşığı karabiber
10 çorba kaşığı Sos Bernez,
1 su bardağı rafine yağı
1/2 çorba kaşığı tuz

1) Bonfileyi temizledikten sonra bir sicimle 5'er santim ara ile fazla sıkmadan bağlayınız. Bu, bonfilenin kendisini toplamasını sağlar. Zira bonfile, sığır olmak şartıyla ne kadar kalınsa o kadar makbuldür.
2) Bir tepsiye yağı koyup kızdırınız ve bonfileyi tuzlayıp, biberleyip kızgın yağın içine yatırınız ve kızgın ateşte 2-3 dakika kadar altını renk aldırıp hemen çeviriniz ve hararetli fırına sürüp her 2-3 dakikada tepsideki yağ ile yağlayıp 12 dakika pişirip Sos Bernez'le servis yapınız.

Not: Bonfile Çevirme'yi masada keserseniz kanını kaybetmez ve daha güzel olur.