



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BONFİLE KEBABI

Malzemeler:

4 adet bonfile

Yarım su bardağı sıvıyağ

Terbiyesi için:

1 kahve fincanı zeytinyağı

1 kahve fincanı süt

1 kahve fincanı yoğurt

Karabiber

Sos için:

1 kahve fincanı portakal suyu

3 çorba kaşığı domates püresi

Yarım tatlı kaşığı nişasta

1 çay kaşığı kişniş

Tuz, karabiber

Pilav için:

1 su bardağı pirinç

1 çorba kaşığı susam

1 kahve fincanı sıvıyağ

1 su bardağı su

Tuz

Yapılışı:

Ön hazırlık olarak bonfileleri zeytinyağı, yoğurt, süt ve karabiberle hazırlanan terbiyenin içine koyup, buzdolabında 1-2 saat bekletin. Pilav için pirinci sıcak tuzlu suda en az yarım saat bekletin. Suyunu süzüp, 3-4 defa bol su ile yıkayın ve suyunu süzün. Tencereye sıvıyağı alıp, kızdırın. Susamları ekleyip, susamlar altın sarısı renk alana dek kavurun. Ardından pirinçleri ekleyip, şeffaflaşana dek kavurun. Sıcak suyu ekleyip suyunu çekene dek pişirin. Bonfileleri terbiyeden çıkarın. Sıvıyağda arkalı önlü hafifçe kızartın. Bonfileleri küçük bir fırın tepsisine alın. Tuz ve karabiber serpin. Önceden ısıtılmış fırında pişirin. Pişmesine yakın üzerine sosu dökün. Sos için; bir kapta portakal suyu, domates püresi, nişasta, tuz, karabiber ve kişnişi karıştırın. Kısık ateş üzerinde sürekli karıştırarak sosu koyulaştırın. Sosu bonfilelerin üzerine dökün. Pilav ile birlikte servis yapın.

Not:Bonfilenin buzdolabında bekleme süresi: en az 1-2 saat.