



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BONFİLE SOTE SASÖR (FRANSA)

MALZEMELER

4 adet sigir filetosu
4 çorba kasığı rafine yağı
1 çay fincanı mantar piyaz doğranmış
2 çorba kasığı tereyağı
1 çay kasığı çok ince kıyılmış soğan
2 adet orta boy kabukları soyulup ince kıyılmış domates
½ çay kasığı un
1 bağ kıyılmış maydanoz
tuz
bir tutam karabiber

YAPILIŞ TARİFİ

Küçük bir tencereye tereyağının yarısını koyup kızdırın. Soğanı ekleyin bir kere karıştırın, mantarı ilave edin ve 1-2 dakika kavurup unu ekleyin. Bir kere karıştırın, domatesi ilave edin. Domatesler bırakacağı suyu çekinceye kadar 8-10 dakika pisirip atesten alın. Sıcak olarak muhafaza edin. Sigir filetolarını tuzlayıp biberleyip bir tavada ortadan hızlı ateste rafine yağı ile üçer dakika alt üst pisirip bir güvece veya servis tabagina çıkarın. Domatesli mantarlı sosun içerisine tereyağını ilave edip karıştırarak yedirip maydanozunu karıştırın ve filetoların üzerine döküp servis edin.