



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BONFILEDEN ELDE EDİLEN PARÇALAR

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Chateaux Briand: Bonfilenin baş kısmıdır, bonfile başı da denir. Genelde bir adet çıkar ve 380-400 gr. Ağırlığındadır. İki porsiyon olarak servis yapılır. Grille, Poelle ve Roti pişirme yöntemleri uygulanır.

Filet Steak: Chateaux Briand'dan sonra gelen kısmıdır, orta bölge de denir. Bu bölüm ikiye ayrılır. Başa yakın olan kısmı Filet Steak'dir 180-200 gr. Civarında dilimler çıkar. Grille, Poelle ve Roti pişirme yöntemleri uygulanır.

Tournedous: Filet steak'dan sonra gelen kısmıdır. Bu bonfile dilimi kalın olduğu için iki defa çevrilerek içinin istenilen düzeyde yanmadan pişmesi sağlanır. Onun için bu adı alır. Grille, Poelle ve Roti pişirme yöntemleri uygulanır.

Medaillon: Filet mignon'dan sonra gelen dilimlenemeyen kısımdır. Küçük parçalara doğranır, 150gr. bir porsiyondur. Sauté yöntemi ile pişirilir.

Filet Mignon: Bonfilenin kuyruk kısmıdır. Küçük bonfile anlamına gelir. Dilimler 80-100gr. civarındadır. İki dilim bir porsiyondur. Grille, Poelle ve Roti pişirme yöntemleri uygulanır.