



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİJON USULÜ DANA PİRZOLASI (FRANSA)

4 dana pirzolası (her biri 175-200 g bütün yağları alınmış)
3 çorba kaşığı kapari (süzürölüp, kıyılmış)
2 çorba kaşığı natürel zeytinyağı
2 çorba kaşığı limon suyu (taze sıkılmış)
2 tatlı kaşığı Dijon hardalı (ya da hardal)
1 tatlı kaşığı tarhun
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)
birkaç taze tarhun dalı (isteğe bağılı)

Kapariler, zeytinyağı, limon suyu, Dijon hardalı (ya da hardal), tarhun ve karabiberi bir kâsede iyice çırpıp, dana pirzolarının her iki yüzlerini bu karışıma iyice bulayın. Sonra pirzoları pek derin olmayan bir kaba yan yana yerleştirip, üstlerine kâsede kalan karışımı boşaltın ve kabın üstünü örterek, serin bir yerde 2 saat bekletin (bekletme süresinin bitimine 10 dakika kala fırınınızın ızgarasını yakın).

Pirzoları kaptan alıp, fırın ızgarasının altına yerleştirerek (bırakacakları suyun toplanması için, ızgaranın altına bir tepsi yerleştirin), her iki yüzlerini 10'ar dakika (arada sık sık, üstlerine kapta kalan, içinde bekledikleri karışımdan sürün) ızgara edin. Sonra pirzoları ve tepsiyi fırından alıp, 4 servis tabağına 1'er pirzola yerleştirin. Tepsideki pişme suyunu üstlerine gezdirip, taze tarhun dallarıyla süsleyerek (isteğe bağılı), servis yapın.