



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİ TATLI SOSLU BONFİLE SALATASI

25 gr Akdeniz yeşillikleri
20 gr salatalık slays doğranmış
2 gr kavrulmuş susam
10 ml zeytinyağı
90 gr dana bonfile slays doğranmış
30 gr haşlanmış pirinç şehriyesi
30 gr ekşi tatlı sos
1 tutam jülyen doğranmış taze soğan
Tuz
Karabiber
Hindistancevizi sosu:
20 ml Hindistancevizi sütü
10 gr Pınar yoğurt
1 ml susam yağı
1 çay kaşığı limon suyu
Tuz

Akdeniz yeşillikleri, slays doğranmış salatalık, kavrulmuş susam ve zeytinyağı bir kaptaki karıştırılır. Hindistancevizi sosunu hazırlamak için, yukarıda miktarları verilen hindistancevizi sütü, yoğurt, susam yağı, limon suyu ve tuz karıştırılır. Dana bonfileler tavada ters düz yapılarak tuz ve biberi ilave edilip pişirilir. Yeşilliklerle hazırlanan salata tabağa yerleştirilir. Tavada kızartılan bonfile, salatanın üzerine yerleştirilir. Karışımın kenarlarına hindistancevizi sosu dökülür. Son olarak üzerine bir tutam jülyen taze soğan ilave edilerek servise hazırlanır.

