ENGİNARLI BONFİLE

Tukaş Enginar?dan 4 enginar
4 çorba kaşığı zeytinyağı
400 g bonfile
2 orta boy havuç
200 g arpacık soğan
3 diş sarımsak
½ çay kaşığı tozşeker
4 defne yaprağı
½ demet dereotu
½ çay kaşığı karabiber
Tuz

Bonfileyi ince uzun parçalar şeklinde dilimleyin.
Sarımsakları soyup, ince ince dilimleyin.
Arpacık soğanların kabuklarını soyun. Havuçları ve derotunu temizleyip, incecik dilimleyin.
Zeytinyağının yarısını tavaya dökün ve eti kısık ateşte kavurun. Üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyip, pişirin.
30x30 cm ebatlarında yağlı kağıt kesin.
Enginarları alüminyum folyonun ortasına yerleştirin.
Yağlı kağıdın kenarlarını yukarıya doğru kaldırın.
Bonfile, sarımsak, soğan, havuç ve defne yapraklarını enginarların içine paylaştırın.
Üzerlerine ve altlarına çok az kaynar su ilave edin.
Yağlı kağıdın kenarlarını enginarların üzerine kapatın.
Önceden ısıtılmış 180 dereceye ayarlı fırında 10 dakika pişirin.
Dilerseniz bu yemeği Tukaş Acı Biber Turşusu ile servis yapabilirsiniz.

© lezzetler.com tarif no:47282 • adı:Enginarlı Bonfile • gönderen:Yemek Tarifleri • indirme tarihi:07.05.2024 - 02:34