



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FİLEMİNYON MOBÖJ (FRANSA)

FILETS MIGNONS MAUBEUGE

4 kiři için MALZEME :

8 adet bonfile (75'er gr. tanesi)

Tuz, bir çimdik karabiber

4 çorba kaşığı rafine yağı

400 gr. taze mantar

1 çorba kaşığı tereyağı

Az tuz, bir çimdik kırmızı yaprak biber

2 çay kaşığı un

2 kahve fincanı süt

4 çorba kaşığı krema

2 çay kaşığı toz hardal

2 çay kaşığı kekik

YAPILIŞI :

Mantarları üç dört su yıkayıp süzdürünüz, sonra ince dilimleyiniz

Dibi düz bir tencereye tereyağını koyup kızdırıp mantarı ilâve ediniz

Orta ateşte mantar bırakacağı suyu çekinceye kadar bir kaç dakika kavurup kırmızı biber, un, toz hardal, kekiyi serpererek, ilâve edip karıştırınız

Sütü ilâve edip iki üç dakika kaynatıp ateşten alınız

Filetoları tuzlayıp biberleyiniz

Dibi kalın bir tavaya rafine yağını koyup kızdırınız, filetoları ilâve edip orta ateşte ikişer dakika alt üst pişirip bir güvece veya servis tabağına çıkarınız

Tavadaki yağı döküp mantar sosu üzerine ilâve ediniz

Kremayı da ilâve edip bir kere karıştırıp kaynatıp filetolarını üzerlerine döküp servis ediniz