



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

FILEMİNYON SOTE VALE DOJ (FRANSA)

FİLETS MİGNONS SAUTE VALLEE D'AUGE

4 kişi için MALZEME :

8 adet sığır filetosu (75'er 85'er gr. tanesi)

Tuz, bir çimdik karabiber

4 çorba kaşığı rafine yağı

2 çorba kaşığı tepelime dolu tereyağı

400 gr. taze mantar

6 çorba kaşığı krema

Bir çimdik kırmızı biber

1 çay kaşığı limon suyu

YAPILIŞI :

Mantarları üç dört defa yıkayıp bir süzgece çıkarınız, sonra ince dilimleyiniz, üzerine limon suyunu ve kırmızı biberi serpiniz

Dibi kalın bir tavaya veya kasrola tereyağının yarısını koyup eritiniz

Mantarı ilâve edip mantar bırakacağı suyu çekinceye kadar dört beş dakika sote yapıp ateşten alınız

Bonfileleri tuzlayıp biberleyiniz

Dibi kalın bir tavaya, yoksa kasrola rafine yağını koyup kızdırıp bonfileleri ilâve ediniz

Orta ateşte üçer dakika alt üst pişirip bir servis tabağına çıkarınız

Tavadaki yağı döküp tavaya mantarı ve kremayı ilâve ediniz, bir iki dakika daha kaynatıp ateşten alıp tereyağını karıştırarak yedirip filemignonların üzerine döküp servis ediniz

Yanında garnitür olarak tereyağlı pilav servis ediniz.