



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA BONFİLE

500 gram bütün bonfile
Tereyağı
Tuz
Değirmen karabiber
Taze kekik
Sarımsak

Zeytinyağını bolca bir tabağa döküp içine sarımsak ve taze kekiği ince ince doğruyoruz. Üzerine tuz ve değirmen karabiber serpip tüm karışımın güzelce iç içe geçtiğinden emin olduktan sonra bütün bonfilemizi tabağa yatırıp her yerine gelecek şekilde sosu yediyoruz. Streç filme alıp vakit varsa 1 gün yada 1 saat kadar bekledikten sonra pişmeye hazır olur.

Döküm tavayı en yüksek ateşe alıp 6 dakika kadar tüm tavanın ısınmasını sağlayalım. Sonra etin 3' er dakika her bölgesini mühürleyelim. Sonra üzerini ıslattığımız yağlı kağıt ile kapatıp 200 derecede 12 dakika pişiriyoruz. Servis ederken üzerine tereyağı ve değirmen karabiber ekleyelim.

