



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GRAVY SOSLU BONFİLE

30 ml zeytinyağı
500 gr bonfile
Taze kekik
2 diş sarımsak
Gravy sos için;
15 ml zeytinyağı
2 diş sarımsak
150 gr soğan
250 gr mantar
75 gr tereyağı
30 gr un
1 adet Bizim Mutfak Et Bulyon
15 gr dijon hardal
15 ml worcestershire sos (soya veya teriyaki de olur)
Tuz
Karabiber

Bonfileyi zeytinyağı ve sarımsağa bulayın. Taze kekik de ekleyerek buzdolabında yaklaşık 1 saat mümkünse bir gün önceden marinasyona bırakın.

Teflon tavayı iyice ısıtın. Marinasyona bıraktığınız bonfileyi alıp mühürleyin. Ters düz ederek pişirdikten sonra bonfileyi kenara alın. Sos için aynı tavaya yemeklik doğradığınız soğan ve rende sarımsaklarınızı koyun.

Soğanlar pembeleşinceye kadar karıştırın.

Ardından ince ince doğradığınız mantarları ekleyerek iyice soteleyin. Daha sonra tereyağı ekleyin ve eridikten sonra unu ekleyip 1 dakika karıştırın. Sonrasında yaklaşık 50 ml sıcak suda erittiğiniz Bizim Mutfak Et Bulyonu ilave edin. Kıvam aldırana kadar pişirin.

Eğer su yetersiz gelirse ekstra sıcak su ekleyebilirsiniz. Ardından baharat ve worcestershire sosu ilave ettikten sonra dilimlediğiniz bonfileyi hazırladığınız gravy sosa ekleyebilirsiniz.

7 dakika sonra ocaktan alıp servis edebilirsiniz.

