HARDALLI KİŞNİŞİ BONFİLE

25 gr. hardal tohumu
5 gr. kişniş tohumu
3-4 tatlı kaşığı acı hardal
1 diş sarımsak
30 gr. esmer şeker
80 ml. sıvı yağ
800 gr. bonfile (tek parça)
2 tatlı kaşığı tuz
Sos için:
2 adet mandalina
1 adet kırmızı soğan
20 mi. üzüm sirkesi
20 mi. sıvı yağ
1 yemek kaşığı iri kıyılmış melisa
Tuz
Karabiber

Marine için: Hardal ve kişniş tohumlarını, yağsız tavada kavurun. Soğumaya bırakıp, blender ile öğütün. Hardalı, sarımsağı, tuzu, şekeri ve 40 mi. yağı ekleyip püre haline getirin. Etin yağlarını ve sinirlerini temizleyin. Her tarafını 2-3 mm. kalınlığında püre ile kaplayın. Şeffaf folyo ile sıkıca sarın ve bir gece buzdolabında bekletin. Folyoyu çıkartın. Kalan sıvı yağı büyükçe bir tavada kızdırın. Orta ateşte etin her tarafını 6-8 dakika kızartın (baharatların yanmamasına dikkat edin). Sıcak fırın tepsisine alın, 80°C'de ısıtılmış fırında 1 saat 45 dakika kızartın. Sos için mandalinaları soyun. 3-4 parçaya doğrayın. Zarlı kısımların sularını sıkın. Soğanı küçük küp doğrayın, mandalina suyu, sirke ve yağ ile karıştırın. Tuz ve biber ekin. Mandalina parçalarını ve melisayı ekleyin, karıştırın. Kızarmış eti dilimleyip önceden ısıtılmış tabağa yerleştirin. Sos ile servis yapın. Eti koyacağınız tabağı ve yemek tabaklarını eti kızartırken aynı fırında ısıtabilirsiniz.

© lezzetler.com tarif no:7389 • adı:Hardallı kişnişi bonfile • gönderen:Döner • indirme tarihi:24.04.2024 - 16:26