



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## HOLLANDA USULÜ BİFTEK

- 1,5 kg'lık bir biftek
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 4 çorba kaşığı rafine yağ
- 2 orta boy soğan (dilimlenmiş)
- 2 orta boy havuç (soyulmuş ve dilimlenmiş)
- 2 kereviz sapı (ince dilinmiş)
- 1 defne yaprağı
- 1 tatlı kaşığı kurutulmuş kekik
- 1 tatlı kaşığı kırmızı biber
- 6 tane karabiber
- 1+1/4 su bardağı et suyu

Önce fırınınızı orta sıcaklığa getirip (180°C) ısıtınız.

Eti tuzla ovduktan sonra bir kenara bırakınız.

Ateşe dayanıklı büyük bir cam tencere yada güveç içinde yağı orta sıcaklıkta ısıtınız.

Eti koyduktan sonra 3 dakika, her tarafı kahverengi olana kadar pişiriniz. Eti bir tabağa çıkararak bir kenara burakınız.

Tencereye soğan, havuç ve kerevizi koyduktan sonra 8 dakika, sebzeler hafifçe renklenene kadar ısıtınız. Eti tekrar tencereye koyarak defne yaprağı, kekik, karabiber, kırmızı biber ve et suyunu ekleyiniz. Kaynar kaynamaz kapağını kapatıp fırına sürünüz. 2+1/2 saat, et bıçakla delindiğinde yumuşak olana kadar pişiriniz. Pişince ısıtılmış bir servis tabağına çıkarınız.

Etin piştiği suyu küçük bir tencereye süzünüz. Sebzeleri, suyunun çıkması için tahta bir kaşığın tersiyle eziniz. Sonra sebze ve baharatı ayırarak atınız. Tencereyi yüksek sıcaklıkta kaynamaya bırakınız. Sos yarıyarıya azalana kadar kaynatmaya devam ediniz. Tadına baktıktan sonra gerekirse tuz ve biber ekleyiniz. Hazırlanan sosu bifteğin üzerine döktükten sonra, servis ediniz.

Not: Bütün yada dilimler halinde servis edilen Hollanda usulü biftek, ekonomik bir Hollanda yemeğidir. Garnitür olarak, kızarmış patates ve taze yeşil sebze kullanılabilir.