



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAK GARNİTÜLÜ BİFTEK

MALZEMELER

Et için:

1 kg biftek

1 adet soğan

2 yemek kasığı salça

250 ml su

Margarin,sivi yağ,tuz ve un

İspanaklı Garnitur için:

Yarım kg ispanak

250 gr mantar

100 gram kasar peyniri

Tuz ve karabiber

YAPILIŞI

Etlere tuz ve karabiber serpererek,kızgın yağda kızartın.Pistikten sonra etleri tavadan alın.Ince ince doğradığınız soğanları etlerden arta kalan yağda soteleyin.Uzerine un ve salçayı ekleyerek karıştırın. Etleri tencerenin içine tekrar yerleştirin ve tencerenin kapagini kapatın.Kisik ateşte iki saat kadar ağır ağır pisirin.

İspanakları haslanmış suda birkaç dakika bekletin.Daha sonra suzup hemen buzlu suyun içine atın.Mantarları ince ince doğrayın, margarinde soteleyin,tuz ve biber ekleyin. İspanakları ikiye ayırın. İlk olarak ispanakları fırın tepsisine koyun. Uzerine mantarlı karışimdan ekleyin, tekrar ispanakla kapatın. En uste kasar peyniri serpin.

220 derecede 30 dakika kadar pisirin.

Etleri hazırladığınız ispanak ve patates puresi ile servis yapın.