



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİFTEK IZGARA

Milli Eğitim Bakanlığı
Aile ve Tüketici Hizmetleri
Ankara 2011

10 adet biftek
1 çay kaşığı biber salçası
1 baş sarımsak
1 çay bardağı yoğurdun suyu
2 adet kuru soğan
1/2 çay bardağı sıvı yağ
1 çay kaşığı tuz, karabiber, tatlı toz kırmızıbiber

Bir kabın içine yoğurdun suyu, rendelenmiş sıkılmış soğanın suyu, sıvı yağ, salça, dövülmüş sarımsak, tuz, karabiber, kırmızıbiber konulup iyice karıştırılır. Bifteklerin her biri bu karışıma katılarak iyice harmanlanır. Buzdolabında 1 gece dinlendirilir. Terbiyede bekletilmiş biftekler terbiyeden alınır. Izgara yağlanıp kızdırılır. Biftekler ızgaraya yerleştirilip her iki tarafı da tamamen pişirilir. Patates garnitürleri, közlenmiş domates, biber veya soğan salatası ile servis yapılır.

