



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARADA SIĞIR BİFTEK

Siğirin biftek olabilecek bonfile, kontrfile, antrekot veya sokum tarafından kemiksiz et alınarak bunu eşit parçalara keserek ayrılır, her parçası et demiri ile dövölür ve etler böylece iyice yassılıılır. Üzerleri zeytinyağı ile iyice yağlanır ve telleri yağlanmış tel ızgaraya yerleştirilerek harlıca kömür ateşinin üzerine oturtulur. Izgara çevrilmek suretiyle etlerin her yüzü dörder dakika pişirilir, sonra bir tabağı alarak tuzlanır ve servis yapılır.

NOT : Arzu edilirse ızgara bifteğın üzerine eritilmiş tereyağı dökölür.