



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA BİFTEK

2 soğan
4 çorba kaşığı zeytinyağı
3 çorba kaşığı sirke
2 çorba kaşığı ketçap
1 çay kaşığı hardal
1 diş sarımsak
Maydanoz
4 adet biftek

Soğanları, soyun, rendeleyin, Bir kaba koyun. Zeytinyağı, sirke, ketçap ve hardal katıp iyice karıştırın. Sarımsağı havanda tuz ile dövüp yıkanmış maydanozla ilave edin. Biftekleri bu sosta 1 saat bekletin. Dışarıya alın. Izgarada her bir yüzü 4'er dakika olmak üzere pişirin.