



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## IZGARA BONFİLE

1/2 kg. bonfile et  
2 orta boy domates  
1/2 limon  
4-5 Sivri yeşilbiber  
1 orta boy soğan  
2 çay kaşığı tuz

Eti soğan veya limon suyu ile karıştırıp buzdolabında bir gece bekletiniz. Etleri hazırlanan odun ateşi veya ızgarada kurutmadan çevirerek pişiriniz. Tuz serpererek sıcak servis yapınız.

---