



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

IZGARADA TERBİYELİ KUZU BİFTEK

4 adet 150 gramlık kuzu bifteęi
1 ay bardağı ayçiçeği yağı
1 diř sarımsak
1 adet soęan
Bir miktar tuz
Bir miktar kekik
Bir miktar yenibahar

Yaę, soğanın suyu ve baharatlar karıştırın, bu karışımın içine biftekleri yatırın. 2 saat kadar terbiyenin içinde bekletin. Daha sonra etlerinizi fırın ızgaranızın üzerine koyun, hafif pembeleşene kadar pişirin.