



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KOLAY ŞATOBRIYAN

5 parça bonfile  
5 dilim ekmek  
3 kaşık margarin  
100 gr kaşarpeyniri  
60 gr tereyağı  
1 bardak et suyu  
tuz - biber  
domates  
maydanoz  
hardal

Bonfileler tuzlanıp biberlendikten sonra margarinde kızartılır. 2 cm kalınlığında kesilmiş ekmek dilimleri de pembeleştirilir. Tepsiyeye önce ekmekler, üzerine de etler koyulur. 30 gr. tereyağı bir kaptan eritilir. İçine un, et suyu, tuz ve biber, biraz da hardal atılır.

Koyu kıvama gelene kadar kaynatılır. Bu sos etlerin üzerine dökülüp, fırına sürülür. Üzerlerine birer parça tereyağ, fırından çıkarılmadan önce de peynir koyulur. Domates ve maydanozla servis yapılır.

Not: Etler ikiye bölünerek, küçük şa-toarianlar hazırlanabilir.