



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## MANTAR SOSLU BONFİLE

6 adet bonfile et  
500 gram mantar  
2 adet domates  
2 adet sivri biber  
1 adet soğan  
Yarım kaşık salça  
Yarım bardak ayçiçek yağı  
Tuz  
Maydanoz

Bonfileleri az sıvı yağ ve az tuzla karıştırın. Izgara veya teflon tavada pişirdikten sonra bir tepsiye alın. Başka bir kaptaki mantarları yağda kavurun ve soğanı ufak ufak doğrayıp mantara katın. 10 dakika kavurun. Domatesleri ve biberi de doğrayıp katın. 5 dakika kavurup salçayı da katın. Bir taşım kaynatın ve bonfilelerin üstüne dökün. Sıcak servis yapın.