



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI BONFİLE

Eyüp Sevinç

4 büyük bonfile dilimi (150 gr'lık)
300 g. kültür mantarı
1 su bardağı et suyu
10 adet arpacık soğan
2 dal taze kekik
2 diş sarımsak
½ çay bardağı üzüm sirkesi
½ su bardağı krema
1 çay kaşığı hardal
1 tatlı kaşığı tane karabiber
2 yemek kaşığı sıvıyağ

Krema, hardal, tane karabiber, zeytinyağı, sarımsak ve kekiği karıştırarak bir marinasyon sıvısı hazırlayın. Bonfile dilimlerini bu sıvıyı içerisinde 2 saate yakın bekletin. Bir tavayı iyice ısıtın ve sıvıyağı ekleyin. Tavaya bonfile dilimlerini koyun ve her yüzünü 3 er dakika pişirip tavadan alın. Aynı tavada mantarı ve soğanı soteleyin. Üzerine et suyu ve marinasyon sıvısından kalan sosu da ilave edip çektin. Ardından bonfile dilimlerini de tavaya koyup kapağı kapalı 5 dk kısık ateşte pişirin. Servis edin.

