



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI SIĞIR KONTRFİLESİ

1 kg siğir kontrfilesi
4 dilim 1/2 cm. kalınlığında kesilmiş ekmek
1 kahve fincanı rafine yağı
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 kahve fincanı esmer et suyu
1/2 tatlı kaşığı tuz
Az karabiber
10 adet mantar
1 çorba kaşığı tereyağı

- 1) Ekmekleri ızgarada veya tavada az yağla kızartıp bir kenara ayırınız.
- 2) Mantarları ince ince kıyıp tereyağında soteleyerek kenara ayırınız.
- 3) Kontrfileleri tuzlayıp biberleyiniz. Kontrfileleri alabilecek dibi kalın bir tavaya rafine yağını koyup kızdırınız.
- 4) Kontrfileleri ilâve ederek 4'er dakika alt ve üstünü pişirip bir tabağa çıkarınız,
- 5) Tavanın içindeki yağı döküp tereyağını ilâve ederek kızartınız.
- 6) Esmer et suyunu ilâve ediniz. Bir kaşıkla karıştırıp ateşten alınız.
- 7) Ekmekleri servis tabağına yerleştirip üzerlerine etleri oturtunuz.
- 8) Kontrfileleri üzerlerine 1'er kaşık tavanın dibindeki sostan, onun da üzerine sote edilmiş mantardan 1'er kaşık koyarak servis yapınız.