



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ IZGARA BİFTEK

4 adet ince dövülmüş biftek
100 gram yeşil mercimek
1 adet soğan
2 adet domates
1 adet kırmızı dolmalık biber
2 sivri biber
4 çorba kaşığı zeytinyağı
3 diş sarımsak

Domatesleri, soğanları ve dolmalık kırmızı biberi küp şeklinde doğrayın. Daha sonra da üzerine zeytinyağını gezdirip tencerede 10 dakika pişirin. Üzerine bir kere haşlanmış yeşil mercimekleri ekleyip az miktarda suyunu verin. 25 dakika mercimeklerin pişmesini bekleyin. Tavadaki bifteklerin iki yüzünü de iyice pişirin. Mercimeklerin içine son olarak baharatları, sarımsağı ekleyip ocaktan alın. Servis tabağına yerleştirip yanına etleri ve sotelenmiş soğan ve domatesi de ilave edip sıcak olarak servis yapın. Keyifli bir ikram için güzel olacaktır.