



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANE BİFTEK

1/2 kg kontrfile
3 tane yumurta
1/2 su bardağı zeytinyağı
4 dilim ekmek içi
3 çorba kaşığı un
tuz
karabiber

Biftekler hazırlanır. Diğer tarafta ekmek avuç arasında avalanarak toz şeker inceliğinde ufalanır. Bir kâsede de yumurtalar iyice çarpılır. Biftekler, tuzlanıp biberlendikten sonra una bulanır. Sonra yumurtaya batırılır ve ufalanmış ekmeğe bulanır. Bifteğin üstündeki pütürler çatalın tersiyle vurmak suretiyle temizlenir. Diğer taraftan tavada zeytinyağı kızdırılır ve paneller kızartılır. Kızaran paneller, kâğıt yayılmış bir kaba konur. Servis yapılırken bir tabağa alınır ve istenirse üzerlerine erimiş tereyağı gezdirilir.