



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

PASANDA

- 6 adet Banvit Hindi Biftek
- 1 adet limonun suyu
- 2 tatlı kaşığı tuz
- 600 gr yoğurt
- 150 ml zeytinyağı
- 2 adet orta boy soğan (kalın piyaz doğranmış)
- 2 tatlı kaşığı zerdeçal
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 2 tatlı kaşığı az acılı kırmızıbiber
- 1 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
- 3 tatlı kaşığı garam masala
- 1 çay kaşığı zencefil
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)

Etlere üzerine limonun suyunu gezdirin, tuz serpin. Hafifçe ovun ve en az 1 saat buzdolabında dinlendirin. Etlere üzerine yoğurt yayın, hafifçe karıştırarak her tarafına bulayın. Zeytinyağını ısıtıp soğanları katın. Orta ateşte yumuşayınca kadar yaklaşık 3-4 dak. pişirin. Karıştırmaya devam ederek garam masala dışındaki bütün baharatları ilave edin ve 5 dak. daha pişirin. Etlere marinatıyla beraber soğanlara ekleyin ve iyice harmanlayın. Gerekirse biraz su ilave edin. Kapak kapatın ve kısık ateşte yaklaşık 15 dak. pişirin. Garam masala serpip iyice karıştırın ve 15 dak. daha pişirin. Sıcak servis yapın.

