



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEKMEZLİ BONFILE

6 dilim bonfile
2 diş sarımsak
4 yemek kaşığı Koska Pekmez
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 soğan

Sarımsakları ince doğrayın.
Bonfile parçalarının üzerinde küçük oyuklar açın.
Sarımsakları bu oyukların içine yerleştirin.
Taze karabiber ve tuz serpin.
Üzerine Koska Pekmez ekleyip, elinizle sürün.
Üzerini streç filmle kaplayıp, buzdolabında 1 saat bekletin.
Bonfilelerin her iki tarafını yüksek ısıda birer dakika kızartın.
Soğanları yuvarlak dilimleyin.
Zeytinyağını tavada ısıtın.
Soğanları ekleyip, yumuşayana kadar pişirin.
Bonfileleri ekleyip, kısık ateşte 2-3 dk daha pişirip, servis yapın.

