



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SALÇALI BİFTEK

Ümit Usta

750 gram biftek (6 parça)  
1 adet kuru soğan  
4 diş sarımsak  
1 su bardağı un  
1 çorba kaşığı domates salçası  
1 kahve fincanı sıvıyağ  
1/4 paket margarin  
Tuz  
Karabiber  
Kızartmak için:  
Yeterince sıvıyağ

Kuru soğanı rendeleyip suyunu sıktıktan sonra, sıvıyağı, yeterince tuz ve karabiber ile birlikte karıştırıp, güzel bir et terbiyesi hazırlayalım.

İnce dövülmüş biftekleri, bu terbiyeye tersli yüzlü batırıp, üst üste dizelim.

Etlerin bu terbiyeyi çekip de lezzetlenmesi için, en az 1 gün bu terbiyenin içinde kalması gerekir.

Eğer zamanınız kısıtlıysa, 4-5 saat de yeterli olabilir.

Biftekleri, tersli yüzlü unladıktan sonra, yeterince sıvıyağda her iki tarafını kızartalım.

Başka bir tencerede, margarin yağında salçayı birazcık kavuralım. Unu ilave edip, 1-2 sefer karıştırdıktan sonra, 4 su bardağı kadar su koyup, kaynatalım.

Kızarttığımız biftekleri, bir tencereye dizip, kaynattığımız sosu üstüne dökelim.

Yeterince tuz, karabiber ve sarımsağı ilave edip, ağzı kapalı olarak pişirelim.

Biftekler yumuşayıp da sos biraz özlenince, patates püresi veya patates tava ile birlikte servis yapalım.