



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ BİFTEK

Elif Korkmaz

6 parça biftek
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet orta boy kırmızı soğan
6-7 adet arpacık soğan
4-5 adet sivri biber
1 adet patlıcan
1 adet orta boy domates
1 çorba kaşığı un
1 tatlı kaşığı toz şeker
1 çay kaşığı köri
Tuz
Karabiber
2 su bardağı sıcak su

İnce kıyılmış kırmızı soğan, arpacık soğan ve sivri biberi yağda kavurun. Etleri ilave edip birkaç dakika soteleyin. Patlıcanı ve domatesi küp küp doğrayıp tencereye ekleyin. Un, toz şeker, köri, tuz ve karabiberi de ilave edip 2 dakika daha soteleyin ve suyunu ekleyin. Etler yumuşayınca kadar pişirin.

