



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ BONFİLE

<https://www.elele.com.tr>

4 parça dana bonfile (150 gr'lık ve 3 cm kalınlığında kesilmiş)

Taze biberiye

Taze kekik

1 ay bardağı

3 yemek kaşığı zeytinyağı

2 havuç

2 kabak

4 taze soğan

1 pırasa

2 diş sarımsak

Tuz

Karabiber

1 yemek kaşığı balzamik sirke

Biberiye, kekik, tuz, karabiber ve 1 çay bardağı zeytinyağını derin bir kasede karıştırın. Bonfileleri ekleyip 12 saat buzdolabında bekletin. Sebzeleri uzun parçalar şeklinde doğrayıp kalan zeytinyağında yumuşayınca kadar soteleyin. Ocaktan almaya yakın balzamik sirke, tuz, karabiber ekleyin. Etleri döküm tavada önlü arkalı kızarıncaya kadar pişirin. Servis tabağına sotelenmiş sebzeleri yayıp üzerine etleri yerleştirerek servis yapın.

