



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIĞIR FİLE KIZARTMA

İki buçuk kiloluk siğır filesini alınız, eti kesmeden üzerindeki ince deriyi çıkarınız. Hafif tokmaklayınız, yuvarlak ekle koyduktan sonra tuzlayıp kızartma sahanına koyunuz, arada kendi suyu ile ıslatarak 1,5 saat fırında kızartıp, dilimleyip ayırmadan düzenle tabağı bırakınız. Yağı aldıkdan sonra suyunu salalığı koyunuz, beraber servis yapınız.