



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SIĞIR FİLETOSU

1,5 kg'lık siğir filetosu
350 gr yeşil zeytin (çekirdekleri çıkarılmış)
15 gr (1 çorba kaşığı) tereyağı
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
1/2 kahve kaşığı karabiber.

Zeytinler çok tuzlu ise küçük bir kaba koyup, üstlerini kaynar suyla örterek, 5 dakika bir kenarda bekletiniz. Tereyağı ve zeytinyağı büyük bir tavada, orta ateşte kızdırınız. Yağ kızınca eti tavaya koyup, her iki yanını 7'şer dakika, kahverengileşene kadar kızartınız. Eti yağlı kısmını alta getirip, tuzu ve biberi serpiniz. Tavanın ağzını bir kapak ya da alüminyum kağıtla örtüp, eti 15 dakika pişiriniz. Zeytinleri ekleyip, 15 dakika daha pişirdikten sonra, tavayı ateşten alınız. Eti dilimleyerek bir servis tabağına döşeyip, servis ediniz.

Not: Lezzetli bir İtalyan yemeği olan italyan usulü siğiri, patates püresi ve yeşil salatayla servis edebilirsiniz. (Eti çok iyi pişmiş olmasını isterseniz, zeytinleri eklemekten önce 15 dakika yerine 30 dakika pişirmek gerekir.)