



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SIĞIR FİLETOSU STRAĞANOF (FRANSA)

FILET DE BOEUF STRAGONOFF

4 kişi için MALZEME :

600 gr. siğir filetosu

1 kahve fincanı rafine yağı

1 tatlı kaşığı tereyağı

1/2 tatlı kaşığı çok ince kıyılmış soğan

Tuz, az kırmızı yaprak biber

6 çorba kaşığı krema

YAPILIŞI :

Filetoyu piyaz dilimleyiniz, tuzlayıp, biberleyiniz

Bir tavaya rafine yağın koyup kızdırıp tereyağını soğanı ve eti ilâve ediniz

Hızlı ateşte iki üç dakika sote yapıp bir tabağa boşaltınız, etin bıraktığı suyu tavaya süzdürüp yarı miktarını çektiriniz

Kremayı ve aşağıdaki sos kremi ilâve edip bir kere kaynatıp ateşten alınız, eti ilâve edip karıştırıp servis ediniz

SOS

MALZEME :

1 su bardağı kaynar süt (250 gr.)

4 çorba kaşığı soğuk süt

1 çorba kaşığı tepelime dolu un

1 adet soğan (piyaz doğranmış)

1 tatlı kaşığı margarin

Tuz

Yarım çay kaşığı kırmızı yaprak biber.

YAPILIŞI :

Küçük bir kaba yağı ve soğanı koyup orta ateşte bir iki dakika sote yapıp kırmızı biberi ilâve ediniz

Kaynatarak ateşten alınız

Ilık vaziyet gelince unu ve dört kaşık sütü ilâve ederek iyice karıştırınız

Sünmemesi için dört beş dakika bekletip kaynar sütü ilâve edip karıştırınız ve karıştırarak orta ateşte dört beş dakika kaynatıp ateşten alınız, süzdürünüz ve kullanınız.