



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SIĞIR KONTRFİLESİ SOTE

1 kg sığır kontrfilesi
4 dilim 1/2 cm. kalınlığında kesilmiş ekmek
1 kahve fincanı rafine yağı
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 kahve fincanı esmer et suyu
1/2 tatlı kaşığı tuz
Az karabiber

- 1) Ekmekleri ızgarada veya tavada az yağla kızartıp bir kenara ayırınız.
- 2) Etleri tuzlayıp biberleyiniz. Etleri alabilecek dibi kalın bir kasrol veya tavaya rafine yağını koyup kızdırınız.
- 3) Etleri ilâve ederek 4'er dakika alt ve üstünü pişirip bir tabağa çıkarınız,
- 4) Tavanın içindeki yağı döküp tereyağını ilâve ederek kızartınız.
- 5) Esmer et suyunu ilâve ediniz. Bir kaşıkla karıştırıp ateşten alınız.
- 6) Ekmekleri servis tabağına yerleştirip üzerlerine etleri oturtunuz.
- 7) Etlerin üzerlerine 1'er kaşık tavanın dibindeki sostan koyup servis yapınız.