



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOFİA LOREN ESKALOPU

1 kilo biftek süt danası
4 adet büyük domates
2 büyük bař sođan
2 diř sarımsak
Karabiber

Etler karabiberlenir, tuzlanır una batırılır tereyağı veya margarinde tavada kızartılır. Diđer taraftan soğan ve sarımsak kıyılır. Etlerin çıkartıldığı tavada kavrulur, domates, tuz, karabiber katılır. Zaman zaman içerisine salçanın suyu bittike sıcak su ilave edilir. Salça pişince kızartılan etlerin üzerine konur. Etler ile birlikte 5 dakika pişirilir. Kekik serpilir. Haşlanmış sebze veya pre ile servis edilir.
