



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOSLU BİFTEK

<https://cook.com.tr>

Sofra Tuzu 1 ay Kaşığı
Su 1 Su Bardağı
Dana Kontrfile 1 Kilogram
Margarin 2 orba Kaşığı
Krema 100 Gram
Mısır Nişastası 1 orba Kaşığı
Tane Karabiber 2 Adet
Muskat Cevizi 1 Adet
Sıvı Yağ 2 orba Kaşığı

Bir tencerede yağı kızdırıp, inceltiľmiř ve hafif ezilmiş etleri mľhľrleyelim. Yani, hızlı bir şekilde kızartalım ki et suyunu bırakıp sertleşmesin. Bu işlemi ister teflon tavada yapın. İster dľdľklľ tencerede. Azar azar kızarttığımız etleri dľdľklľ tencereye alıp, ľzerini geçecek kadar sıcak su koyalım. Tencereyi kapatıp 20 dakika pişirelim. Etler hem pişsin, hem de dağılmasın. Zaman ayarını tencerenize gľre yapabilirsiniz. Piştikten sonra, fırınlanacak ve servis yapılacak bir tepsiye spatula yardımı ile etleri dľzgľnce alalım. Tencerenin içinde kalan et suyuna iki çay kaşığı limon suyu, nişasta, rendelenmiş muskat tuz karabiber ve krema ilave edilip bir iki taşım kaynatalım. Hafif koyulaşmış bu sosu etin ľzerine dľkelim. 250 derece fırında et ve sos bir kaç taşım kaynasın tatları birbirlerine kaynaşsın.

