



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞÖVALYE KONTRFİLE

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):
4 dilim süt danası kontrfilesi (600 gram),
2 baş soğan,
30 gram sadeyağ,
1 çorba kaşığı un,
1 bardak et suyu,
1 kaşık sirke,
yeteri kadar tuz.

Yapımı:

Unla biraz suyu karıştırarak bir sulu bulamaç yapmalı. Bir güveci sadeyağla birlikte ateşe oturtmalı. Yağ eriyince çentilircesine ince doğranmış soğanları içine atmalı ve tahta kaşıkla karıştırarak bunları pembeleşinceye kadar kavurmalı. Soğan pembeleşince cıvık unu içine dökmeli ve çabuk çabuk karıştırarak bunu soğana yedirmeli. Karışımı bir - iki dakika kadar hafif ateşte pişirdikten sonra sıcak et suyunu dökmeli ve bir taşım kaynatmalı. Sonra et dilimlerini bunların üstüne oturt, malı, tuzlamalı ve vakit vakit çevirerek bunları pişirmeli. Güveci ateşten indirmeden bir dakika önce sirkeyi gezdirerek dökmeli ve bir taşım kaynatıp kabı sofraya götürerek servis yapmalı.