



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SULU BİFTEK

<https://www.mediashop.tv>

1 kg dana biftek
3 diş sarımsak
2 dal kekik
½ yemek kaşığı tuz
1 yemek kaşığı soğan tozu
1 çay kaşığı öğütülmüş rezene otu
½ çay kaşığı öğütülmüş karabiber
2 yemek kaşığı zeytinyağı

Kekik ve sarımsağı ince ince doğrayın. Bütün otları ve sarımsakları zeytinyağıyla karıştırın. Ot karışımıyla ovun ve bir saat boyunca soğuk ortamda bekletin. Etin ortasından ızgara şişini geçirin ve çatalarla sabitleyin. Eti Power AirFryer Multi-Function'a yerleştirin. Izgara düğmesine basın ve pişirme süresini 45 dakikaya ayarlayın. İstenen sıcaklığa ulaşana kadar ızgaraya devam edin:
50°C ? kanlı
60°C ? pembe
65°C - yarı pembe
75°C - iyi pişmiş
Servis yapmadan önce 10 dakika boyunca dinlenin.

