



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE SOĞANLI HİNDİ BİFTEK

1 paket Banvit Hindi Biftek
1,5 çorba kaşığı soya sosu
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı elma sirkesi
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
1 demet taze soğan (iri doğranmış)
Tuz, tane karabiber (arzu edilen miktarda, dövülmüş)

Soya sosu, zeytinyağı, elma sirkesi ve sarımsağı iyice karıştırın. Etlerin üzerine gezdirip, her taraflarına bulayın. Üzerini streçle örtüp, en az 30 dak. dinlendirin.

Yağsız tavayı ısıtın. Etlerin her bir yüzünü hızlı ateşte, 2`şer dak. pişirin. Bir tabağa alıp sıcak tutun.

Aynı tavaya taze soğanları koyup, hızlı ateşte 2-3 dak. soteleyin. Soğanların arasına etleri yerleştirin. Etleri marinatladığınız sostan kalan kısmı etlerin üzerine gezdirin, tuz ve karabiber serpin. Ateşi kısıp, tavaya kapak kapatın ve etler yumuşayınca kadar, yaklaşık 6-7 dak. pişirin.

Arzu ederseniz pilavla beraber servis yapın.

