



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TERBİYELİ BONFİLE

<http://www.hurriyet.com.tr>

750 gram dilimlenmiş bonfile  
2 diş sarımsak  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 küçük boy kuru soğan  
2 yemek kaşığı yoğurt  
1 çay kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı tuz

Soğan ve sarımsağı rendeleyin. Yoğurt, zeytinyağı, karabiber ve tuzla beraber karıştırın, sos haline getirin. Bonfile dilimlerini hazırladığınız sosa bulayın. Bir gece buzdolabında bekletin. Döküm tavayı iyice ocakta ısıtın. Üzerine zeytinyağı gezdirin ve kızmış tavaya etleri dizin. Bir tarafı tam kızarmadan hemen çevirmeyin. Her iki tarafını da iyice kızartın. Kızarttıktan sonra servis edebilirsiniz.

