



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERİYAKİ SOSLU BİFTEK (JAPONYA)

4 parça biftek
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Teriyaki sos için:
Yarım çay bardağı soya sosu
2 tatlı kaşığı hardal
2 diş sarımsak

Teriyaki sos malzemesine zeytinyağı eklenir, bir güzel karıştırılır. Sonra biftekler bu karışıma yatırılır. Buzdolabında bir saat kadar dinlendirilir. Daha sonra yağlı kağıt serilmiş fırın kabına biftekler dizilir. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında çok kurutmadan pişirilir.