



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TERİYAKİ SOSLU BİFTEK

40 ml. fındık yağı
2 diş sarımsak
600 gr. biftek (ince dilimlenmiş)
1 adet soğan
60 gr. soya filizi
200 ml. teriyaki sos
80 ml. et suyu
450 gr. noodle
4 adet taze soğan
Kekik
Tuz

Sarımsakları ince dilimleyin. Soğanı iri küp, taze soğanları da halka doğrayın.

Fındık yağın yapışmaz yüzeyli bir tavada kızdırın.

Bifteklerle tuz ve kekik serpip kızgın yağda sarımsaklarla beraber etler pişinceye kadar çevirin.

Soğanlar ve soya filizlerini ekleyip 2 dakika daha kaş-tırarak pişirin. Et suyunu ve teriyaki sosunu da ekleyerek karışım kaynayıncaya kadar orta ateşte pişirmeye devam edin.

Noodleları kaynar tuzlu suda haşlayıp suyunu süzün. Servis tabaklarına paylaşın.

Noodleların üzerine hazırladığını soslu bifteği paylaştırarak bekletmeden servis edin.

