



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## TURNEDO IZGARA PROVANS (FRANSA)

TOURNEDOS GRILLE AUX HERBES DE PROVENÇE

4 kiři için MALZEME :

4 adet Bonfile (140 gr. tanesi)

Tuz, bir çimdik karabiber

4 dilim lardon (beykrn)

2 çorba kaşığı rafine yağı

1/2 tatlı kaşığı biberiye otu

1/2 tatlı kaşığı kekik

1 yaprak defne

4 dilim tereyağı

1 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz

YAPILIŞI :

Bonfileleri kestiğiniz kısmın üzerine yatırıp üzerlerine hafifçe bastırınız, et iki buçuk parmak kalınlığında olmalıdır

Bonfilelerin etrafını birer dilim lardon ile sarınız

Lardon ların düşmemesi için sicim ile sarıp bağlayınız

Kekik, defne ve biberiyeyi bir bıçakla ince kıyınız, bonfileleri tuzlayıp biberleyip rafine yağı ile yağlayınız ve

kıydığınız baharata alt üst bulayıp ızgarada üçer dakika alt üst pişirip bir servis tabağına koyunuz

Tereyağların maydanoza alt üst bulayıp her bonfilenin üzerine birer adet koyup hemen servis ediniz.