



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU BİFTEK

500 gr biftek
200 gr nohut
1 küçük soğan
4-5 adet patates
250 gr yoğurt
3-4 diş sarımsak
1 yumurta
1 çay bardağı un
Kırmızıbiber
Karabiber
Tuz

- 1- Biftekler ince doğranır, ezilir.
- 2- Soğan rendelenip tuz ile bifteklerin her yerine sürülür. Kırmızıbiber ve karabiber de bifteklerin Üzerlerine serpilir.
- 3- Tavaya sıvıyağ konup kızdırılır. Biftekler kızgın yağa atılıp iki tarafı nar gibi olup iyice pişinceye kadar kızartılır. Kızaran biftekler servis tabağına çıkartılır.
- 4- Nohut ayıklanıp akşamdan bol suda bekletilir. Nohut su ile tencereye konup haşlanır. Nohut ezilinceye kadar haşlanıp ateşten alınıp suyu süzdürülür. Kabukları çıkartılıp mikserde püre haline getirilir.
- 5- Patesler suda iyice yumuşayınca kadar haşlanır. Kabukları soyulup püre haline getirilir. Nohut püresi ile patates püresi karıştırılıp tuz biber katılır. Un yumurta katılıp iyice yoğrulur.
- 6- Tavada yağ kızdırılıp nohutlu püreden lokma gibi yapıp kızgın yağa atılır, iki tarafı kızartılıp kayık tabağına çıkartılır. Kayık tabağın sına kızarmış biftekler ve püreler sıralanır. Sarımsak ezilip yoğurt karıştırılıp bifteklerin üzerine dökülür.
- 7- Tavadaki yağ kızdırılıp kırmızıbiber katılıp yoğurdun üzerine gezdirilir. Sıcak olarak servis yapılır.