



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUMUŞAK KASAP ETLERİNDE BONFILEDEN ELDE EDİLEN PARÇALAR

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Besili bir sığır bonfile parçası, etrafında bulunan yağ ve sinirlerden ayıklanmış olarak 3 bölgeye ayrılır. Bonfile parçasının en önemli özelliği bu parçada tenya ve asalakların olmaması, mikroplardan da uzak oluşudur.

A Bölgesi (Bonfile başı olarak isimlendirilir)
Bonfilenin en kıymetli ve kalın kısmıdır
Chateaubriand bu bölgeden çıkar.
Bu bölgeden genelde bir adet çıkar, çok iri ise iki adet çıkabilir.
380 - 400 g ağırlığındadır.
İki kişi için servis yapılır.
Pişirirken şekle özen gösterilir. Gerekirse çember gibi bağlanır.

B Bölgesi (Orta bölgedir)
Bonfile başından sonra gelen bölümdür ve ikiye ayrılır.
Filetsteak ler bu parçadan çıkar.
180 - 200 g ağırlığındadır.
Bir parçası 1 porsiyondur.
(b)bölgesinin yani orta bonfile kısmının sonuna doğru bonfile inceleşir. Dilimler küçülür. Buradan daha kalın 180-200 g civarında dilimler çıkarılır Bu bölüm Tournedos (turnedo) adını alır.
Bu bonfile dilimi kalın olduğu için iki defa çevrilerek içinin istenilen düzeyde yanmadan pişmesi sağlanır.
Tournedos ismi de iki defa çevirmek anlamına gelir. Bu işlem de aşçının anlayışına kalmıştır, gerektiği gibi pişirir.
Filetsteak ve filet mignons[?]dan farkı, daha kalınca olmasıdır.

C Bölgesi (Kuyruk kısmıdır)
Bu bölge de ikiye ayrılır.
Dilimlenebilen kısımlarından küçük bonfile anlamına gelen filet mignons (fileminyön) çıkarılır.
Dilimler 80-100 g civarındadır,
2 parçası 1 porsiyondur.
Daha küçük dilimler medailion olarak da değerlendirilebilir. Dilime gelmeyen bu kısımlar küçük parçalara doğranır. 150 g 1 porsiyon içindir.
Küçük doğranmış bu parçalar sauté usulü pişirilir. Filetgoulasch yapmak için kullanılır.