



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNLİ FILETO

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

750 gram koyun eti (fileto tarafından 4 iri dilim veya 8 küçük dilim),
100 gram margarin yağı,
zeytinyağlı salamuraya yatırılmış 150 gram yeşil zeytin,
1 dal biberiye otu,
4 körpe havuç,
4 iri patates,
5 çorba kaşığı zeytinyağı,
yeteri kadar un,
tuz, karabiber ve kekik.

Yapımı: Fileto dilimlerini mümkün olduğu kadar yuvarlak bir biçim vererek dövmeli veya kasaba dövülmeli. Tuzlayıp kekiklemeli ve böylece bir saat kadar buzdolabında dinlendirmeli.

Bir tavaya margarin yağının üçte biriyle iki çorba kaşığı zeytinyağını biberiye dalıyla birlikte koyup ısıtmalı. Yağ ısınınca una bulanmış fileto dilimlerini koyup önce bir yüzlerini, sonra öbür yüzlerini nar gibi kızartmalı. Etlarin kızarması sona erince bunları tuzlayıp biberlemeli ve tavanın ağzını örtmeli ve çok hafif bir ateşte pişmeye bırakmalı.

Havuçlarla patateslerin üzerlerini kazdıktan sonra bunları bol suda yıkamalı ve tuzlu kaynar suya atıp hafifçe haşlamalı. Patateslerle havuçlar dağıtmayacak kadar haşlandıktan sonra bunları sudan çıkarmalı ve bir kenarda soğutmalı. Soğuyan havuçla patatesleri zeytin biçiminde küçük parçalara doğramalı. Yeşil zeytinlerin de çekirdeklerini çıkarmalı. Bir tavaya kalan margarin yağıyla zeytinyağını boşaltmalı. Bunlar ısınınca önce patatesleri, sonra havuçları, en sonunda da yeşil zeytinleri birkaç partide tavaya atarak her yanları kızarıncaya kadar çevirerek kızartmalı.

Filetoları ateşten indirmeden bir - iki dakika önce patates, havuç ve yeşil zeytinleri içinde kızardıkları yağla birlikte et tavasına boşaltmalı. Birlikte bir taşım kay-nayınca hepsini servis tabağına almalı ve sıcak sıcak servis yapmalı.