



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Bistecca Stagionato

Terbiyeli Biftek



500 gr. bistecca macinato di manzo
4 pepe italiane
2 pomodori
1 bicchierino di yogurt
1 cipolla secca piccola
1 cucchiaino olio d'oliva
Sale, pepenero

- # Si mescolano insieme la cipolla trattugiato , yogurt e olio d'oliva .
- # Le bistecche si mettono aperte in un piastra a piatto.
- # Si versa il composto preparato con yogurt sopra le bistecche e si inserisce in frigo per riposarsi una notte.
- # E sopra di grilla elettrica si cucinano le bistecche riposate, i pomodori e le pepe poi sopra si aspersiscono sale e pepenero.
- # Si fa servirsi insieme con la cipolla tagliata fine.

Nota: Usando questo stagionato si può prepararsi spiedini di carne anche.