



הצעת הגשה.

רכיבים:

350 גרם בקר לצלי, חתוך לרצועות בעובי 2½ ס"מ 2 כפות קמח מנופה 3 כפיות שמן 1 בצל, קצוץ דק

1 סלסילת פטריות שמפניון, פרוסות

3 כפות רסק עגבניות

1 כף רוטב וורצ'סטר

1 כפית מיץ לימון

1 יוגורט סויה

מלח

פלפל טוחון טרי

לקישוט:

2 כפות פטרוזיליה קצוצה

אופן ההכנה:

1. מכניסים את הבשר והקמח לשקית קוקי, סוגרים היטב ומנערים לציפוי הבשר.
2. במחבת גדולה מחממים 2 כפיות שמן. מוסיפים את הבצל ומטגנים במשך 5 דקות, עד להזהבה קלה.
3. מוסיפים את הפטריות ומבשלים 5 דקות נוספות. מעבירים לקערת פלסטיק ושומרים בצד. 4. מחממים היטב את המחבת שוב עם כפית שמן ומוסיפים את הבשר. סוגרים את הבשר ומוסיפים את רסק העגבניות, רוטב הוורצ'סטר ומיץ הלימון.
5. מחזירים את תכולת קערת הפלסטיק ומבשלים כ- 5 דקות נוספות. 6. מוסיפים את יוגורט הסויה ומביאים לרתיחה.
7. מתבלים במלח ופלפל לפי הטעם.
8. מעבירים לצלחת מרכזית, מעטרים בפטרוזיליה הקצוצה ומגישים.