



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GRAVYER PEYNİRLİ PİLİÇ TOSKANA

500 gr ıspanak
40 adet piliç göğüs fileto
1 adet kuru soğan
25 gr tereyağı
100 ml krema
25 gr gravyer peyniri
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı rendelenmiş muskat
1 çay kaşığı kekik
1 çay kaşığı tuz

Ispanakları iyice yıkadıktan sonra sularını güzelce süzdürünüz ve kabaca doğrayınız.

Tereyağını çukur bir tavaya alarak kızdırınız ve soğanları öldürünüz. Ispanakları ilave ederek sulanmalarına izin vermeden sürekli karıştırarak soteleyiniz. Tuz, karabiber ve kekiği ilave ederek bir iki kere daha harmanlayarak ateşten alınız ve krema ile peyniri ilave ettikten ve iyice karıştırdıktan sonra soğumaya bırakınız.

Izgaranızı kızdırınız.

Hazırladığınız ıspanaklı içi piliç filetolara eşit olarak pay ettikten sonra her birini rulo halinde sarınız ve kızdırdığınız ızgarada her tarafını güzelce pişiriniz. İster üç cm kalınlığında halka biçiminde ister verrev olarak dilimleyerek arzu ettiğiniz garnitür eşliğinde servis yapınız.

