ISPANAKLI TAVUK GÖĞSÜ SARMASI

Emine Beder

2 tavuk göğsü (kemiksiz)
1 orta boy soğan
1/2 kg. ıspanak (yapraklı kısımları)
2 çorba kaşığı sıvı yağ (ıspanaklar için)
arzuya göre 2 adet sosis (haşlanmış)
5 çorba kaşığı un
5 çorba kaşığı galeta unu
1 çorba kaşığı salça
1 yumurta
kızartmak için sıvı yağ
tuz
karabiber

Kemiksiz tavuk göğüslerinin iç kısımlarından birer dilim kesip çıkararak göğüs etini inceltelim ve arkalı önlü tuz ve karabiber serpelim. Tavaya sıvı yağı alalım. Küp doğranmış soğanı ekleyerek pembeleşene dek kavuralım. Yıkayıp suyunu iyice süzdüğümüz ıspanak yapraklarını doğrayarak ekleyelim. İspanaklar pörsüyene dek kavurarak tuz ve karabiber ekleyip ateşten alalım. Tavuk göğüslerinin iç kısmına ıspanaklı harç yayarak göğüs etinin bir kenarına haşlanmış sosisi yerleştirip diğer kenarı üzerine kapatalım. Kenarlarını kürdanla teğeller gibi tutturalım. Göğüs etini önce una, sonra çırpılmış yumurtaya, ardından galeta ununa batırıp çıkararak kızgın sıvı yağda ve ağır ateşte arkalı önlü, sık sık çevirerek üzerleri altın sarısı renk alana dek kızartalım. Göğüs etini fırın kabına alalım. Salçayı 1-1,5 su bardağı su ile inceltip fırın kabına boşaltalım göğüs etinin üzerine kaşar rendesi serperek 220°C ısıtılmış fırında 15-20 dakika pişirelim.

© lezzetler.com tarif no:55083 • adı:Ispanaklı Tavuk Göğsü Sarması • gönderen:subutay • indirme tarihi:29.03.2024 - 02:32