



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ADAÇAYLI TAVUK SARMASI

6 Dilim tavuk biftek
6 Dilim kaşar peyniri
6 Yaprak adaçayı
1 Çay bardağı kuş üzümü
2 Çorba kaşığı dolma fıstığı
1 Çay bardağı zeytinyağı
1 Kahve fincanı sirke
Yarım demet maydanoz
2 Adet soğan rendesi
Tuz, karabiber
Kırmızıbiber
Kimyon
Servis için yeşil salata ve turşu

Tavuk bifteklerine tuz ve karabiber serpin, bir tavaya zeytinyağını koyun kızdırın soğan ilave edin bir iki kez çevirin ateşten alın sirkeyi, çam fıstığını, kuş üzümünü, maydanozu, tuz, karabiber, kimyonu koyun karıştırın, hazırladığınız içten bir tatlı kaşığı alıp bifteğin kenarına koyun , bir dilim kaşar peyniri ve bir yaprak adaçayı koyun rulo sarın, yağlanmış tepsiye dizin, üzerine hafif bir zeytinyağı gezdirip önceden ısıtılmış 200 derecelik fırında 25 dakika pişirin. Patates püresi veya yeşil salata, turşu ile servis yapın.