



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAHARATLI VE KEÇİ PEYNİRLİ PİLİÇ SARMA

4 adet piliç göğsü
125 gr. keçi peyniri
1/2 adet limonun suyu
1/2 demet maydanoz
3 adet arpacık soğanı
1 yemek kaşığı zeytinyağı
2 diş sarımsak
1 adet domates
Taze fesleğen
Taze kekik
Tuz

Piliç göğüslerin üzerine yağlı kağıt koyarak her birini elinizle kesme tahtası arasında sabit olarak tutun ve yatay olarak göğsün dörtte üçünü kesin. Piliç etini kitap gibi açtığınızda parça iki kat büyümüş olacaktır. Fesleğen, maydanoz ve kekiği ince doğrayın. Keçi peynirini kaseye koyup, çatala ezin. Peynire baharatları ve limon suyunu ekleyin.

Göğüslerin yağlı kağıdı kaldırarak ortasından başlayarak, spatula ile peynirli karışımdan düzgün bir şekilde yayın ve rulo yapın. Göğüs uçlarını içeri kıvrarak malzemenin dökülmesini engelleyin. Hazırladığınız ruloları alüminyum folyoya sarın ve sıkıca paketleyin.

Tencerenin yarısına kadar su doldurup kaynatın. Kevgir ile ruloları suya koyun ve 15 dakika kadar pişirip ateşten alın. Soğumamaları için suda bırakın. Tavaya küp doğranmış arpacık soğanları ve sarımsakları zeytinyağı ile koyun. Domatesi rendeleyin. Tuz ve karabiber serpin. Piliçleri 1'er cm'lik dilimler halinde kesip domates sosu ile servis yapın.