



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEŞAMEL SOSLU MANTARLI TAVUK SARMASI

250 gr margarin
150 gr Dil peyniri
250 gr huş Mantarı
Birer tutam Nane, köri, kekik, karabiber, tuz
500 gr tavuk fileto
1 su bardağı un
1 su bardağı süt
Tuz

Filetoları yeteri kadar margarin, huş mantarı ve istediğiniz baharat ile harmanlayıp, üzeri örtülü olarak yaklaşık bir saat kadar buzdolabında dinlendirin. Mantarları ince, ince kıyın ve çok az margarin ile soteleyin. Dil peynirini rendeleyin. Tavuk filetonun üzerine önce mantarları, sonra da rendelenmiş dil peynirini koyup sarın ve açılmaması için bir kürdan ile tutturun. Hazırladığınız tavuk sarmaları yağlanmış fırın tepsisine dizin. Orta ısıllı fırında tavuklar hafif kızarıncaya kadar pişirin. Tavuklar fırında pişerken sos tavaında un süt tuz ve margarin ile beşamel sosumuzu krema kıvamına gelene dek karıştırılarak pişen sarmalarımızın üzerine dökelim.