



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BEZELYELİ BİFTEK RULOLARI

750 gr. ince dövülmüş biftek  
1 çorba kaşığı çemen  
Yarım çay bardağı rendelenmiş kaşar peyniri  
2 çorba kaşığı tereyağı  
1 su bardağı su  
1 çorba kaşığı nişasta  
Tuz  
Karabiber  
Kekik  
Pulbiber  
Püre için:  
2 su bardağı dondurulmuş bezelye  
5 adet orta boy patates  
1 çorba kaşığı tereyağı  
1 su bardağı süt veya krema  
Yarım çay bardağı rendelenmiş kaşar peyniri  
Tuz  
Karabiber

Etleri dövüp, üstlerine tuz ve karabiber serpin. Her dilimin üzerine çemen sürün ve rendelenmiş kaşar peyniri serpin. Hazırladığınız etleri rulo yapın ve kurdanla tutturun. Tereyağını eritip, ruloları arkalı önlü kızartın. Etler suyunu çekince 1 su bardağı sıcak su ekleyin. Kapağı kapalı olarak 30 dakika orta ateşte pişirin. Püre için bezelyeleri haşlayıp, robottan geçirin. Patatesleri haşladıktan sonra soğutun ve üzerine tereyağı, sıcak süt, kaşar peyniri, tuz ve karabiber ekleyerek ezin. Püreyi ezilmiş bezelyelere ekleyip, karıştırın. Pişen etleri tavadan aldıktan sonra, kalan suya bir çay bardağı suda açılmış nişastayı ekleyin. Birlikte birkaç dakika pişirin. Hazırladığınız sosun yarısını servis tabağına dökün. Üzerine etleri ve püreyi koyun. Kalan sosu da üstlerine gezdirin. Kekik ve pulbiber serpererek servis yapın.