



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİFTEK DOLMASI

500 gr. kontrfile
2 Sap pırasa
125 gr. tulum peyniri
1 Adet yumurta
1 Su bardağı yoğurt
1 çorba kaşığı tereyağı
1 demet maydanoz
1 tatlı kaşığı kekik
tuz
biber
un
domates suyu

Kontrfileyi çok ince dilimler halinde kesiniz. Sinir ve yağlarını alınız. Çok iyi döverek inceltiniz. Pırasaların meyan tarafını 6 - 7 santim boyunda kesiniz. Tuzlu suda yumuşayınca kadar haşlayınız. Öte yandan peynirin içine yumurtanın sarısını katarak karıştırınız. İçine kekik ince kıyılmış maydanoz, bir çorba kaşığı tereyağı katıp çatalla karıştırınız. Yassılaştırdığınız kontrfilelerin içini yoğurtla sıvayınız. Üzerine maydanozlu peyniri yayın. Yoğurda bulduğunuz haşlanmış pırasayı ortasına koyup, eti pırasanın üzerine dolayınız. Açılmaması için bir iplikle sarınız. Kızdırılmış yağda iyice iki tarafında kızartınız. Sıcak bir tabağa alınız. Üzerine yağda kavurduğunuz unu, domates suyuyla sulandırıp dökünüz. Domatesli pirinç lapasıyla sıcak sıcak ikram ediniz.

[ML® Biftek Sarması için tıklayın](#)