



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİFTEK RULOSU

<https://cook.com.tr>

Sofra Tuzu 1 Tutam
Karabiber 1 Çay Kaşığı
Kimyon 1 Çay Kaşığı
Su 1 Su Bardağı
Dana Kıyma 250 Gram
Bezelye 1 Çay Kaşığı
Havuç 50 Gram
Soğan 1 Adet
Domates Salçası 1 Çorba Kaşığı
Margarin 1 Çorba Kaşığı
Biftek 6 Dilim

Soğanları ve havuçları rendeleyin. Tavaya margarinini koyun ve eritin. Rendelemiş olduğunuz soğanı, havuçları, karabiber ve tuzu ilave edip iyice karıştırın. Daha sonra kıymayı ilave edip iyice karıştırın. Salça ve bezelyeleri de ilave ettikten sonra karışımı biraz kavurun ve kenara alın.

Biftekleri açın iki tarafını da tuzlayın. Karışımı içerisine yerleştirin ve dolma sararmış gibi bütün biftekleri sarın. Etlerin kendi suyuyla pişmesi için ilk önce COOK Yağlı Pişirme Kağıdı'na ve ısıya çabuk iletip daha hızlı pişmesi için ise COOK Alüminyum Folyo'ya sarıp tepsiye diziyoruz. Daha önceden ısıttığınız fırınıza etlerinizi koyun ve 180°C de 30 dakika pişirin.

Biftek dolmalarını fırından çıkartın ortadan ikiye kesin ve servis edin.

