



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BİFTEK RULOSU

- 1 adet soğan
- 1 adet havuç
- 1 çay kaşığı karabiber, kimyon, tuz
- 250 gr. kıyma
- 6 adet biftek
- 1 çay kaşığı bezelye
- 1 çorba kaşığı salça
- 1 su bardağı su
- 1 çorba kaşığı margarin

Soğanı havucu rendeleyin, 1 çay kaşığı karabiber, kimyon, tuz ve kıymayı derin bir kâbın içinde yoğurun. 1 çay bardağı bezelyeyi ekleyin. 6 adet bifteğin içine hazırladığımız harcı dolduru, biftekleri rulo şeklinde sarın. Biftek açılmasın diye kûrdanla tutturun. İçlerini doldurduğumuz biftekleri margarinle hafifçe yağladığımız tepsiye dizin. 1 çorba kaşığı salçayı 1 su bardağı suya karıştırın. Bifteklerin üzerine dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Fırından çıktıktan sonra kûrdanları larak servis yapın.