



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİFTEK RULOSU

20 Gr Sana Hamurışı
6 tane biftek
1 adet soğan
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı bezelye
1 Yeterince KARABİBER, PULBİBER, KİMYON
1 Çay Kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 çorba kaşığı margarin
250 gr kıyma
1 adet havuç

Havuç ve soğanı rendeleyin karabiber tuz kimyonu kıymayı derince 1 kaptan yogurun içine bezelyeleri koyun 6 adet bifteğin içine hazırladığınız harcı koyun biftekleri rulo biçiminde sarın kenarlarını kurdanla tutturun sardımız biftekleri yağlanmış tepsimize dizelim salçayı suyla ezlim bifteklerin üzerine dökelim 180 derecelik fırında 25 dakika pişirelim.