



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİFTEK SARMA

8 adet ince dövülmüş biftek
4 yemek kaşığı ayçiçek yağı
1 adet orta boy kuru soğan
2 diş sarımsak
8 adet kültür mantarı
1 adet orta boy dolmalık biber
1 adet orta boy havuç
1/2 tatlı kaşığı domates/acı biber salçası karışımı
2 yemek kaşığı rendelenmiş kaşar peyniri
1/2 çay kaşığı tuz
1/4 çay kaşığı taze çekilmiş tane karabiber
Biftekleri marine etmek için:
1 adet rendelenmiş kuru soğan
1 çay bardağı süt
1/4 çay bardağı ayçiçek yağı
1 adet defne yaprağı

Biftekleri marine etmek için; rendelenmiş kuru soğanın suyunu çıkartın. Süt, ayçiçek yağı ve defne yaprağıyla karıştırın. İnce dövülmüş biftekleri hazırladığınız marine karışımında, buzdolabında bekletin.
İç harcı için; nemli bir bezle üzerlerini temizlediğiniz kültür mantarlarını ince ince dilimleyin. Kuru soğanı piyazlık doğrayın. Sarımsakları ince ince dilimleyin.
Kabuğunu soyduğunuz havucu rendenin kalın tarafıyla rendeleyin. Ortadan ikiye kesip çekirdekli kısımlarını çıkardığınız dolmalık biberi uzun ince şeritler halinde doğrayın.
Ayçiçek yağını geniş tabanlı bir tavada kızdırın. Piyazlık doğranmış kuru soğan ve sarımsakları hafif bir renk alana kadar soteleyin. Sırasıyla; rendelenmiş havuç, dilimlenmiş mantar ve dolmalık biberleri ekleyip pişirme işlemini sürdürün.
Salça karışımıyla renk verip baharatlarla tatlandırmanız iç harcı ocaktan alın. Kısa bir süre soğuttuğunuz iç harcı rendelenmiş kaşar peyniriyle harmanlayın.
Marine biftekleri buzdolabından çıkartıp fazla sosunu süzdükten sonra iç kısımlarını hazırladığınız iç harçla doldurup rulo şeklinde sarın. Uç kısımlarını pişerken açılmaması için kürdan yardımıyla tutturun.
Sarma işlemi bittiğinde hazırladığınız biftek sarmaları yağsız tavada ters yüz ederek kızartın. Arzuya göre hazırladığınız farklı bir sos eşliğinde sıcak olarak sevdiklerinizle paylaşın.



