



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DOMATES SOSLU SEBZELİ TAVUK ROSTO

500 Gr Tavuk Kıyması  
1 Su Bardağı Bezelye  
1 Kırmızı Biber  
1 Havuç  
1 Kuru Soğan  
1 Yumurta  
1 Tutam Maydanoz  
Galeta Unu  
Tuz  
Karabiber  
Sosu İçin:  
3 Domates  
3 Diş Sarımsak  
1 Tutam Fesleğen  
Zeytinyağı  
Karabiber  
Tuz

Maydanozu, haşlanmış havucu ve kırmızı biberi ince ince doğrayın. Tavuk kıymasını bir kaba koyun. İçine tuz ve karabiber ekleyin. Soğanı rendeleyin. Doğradığınız sebzeleri de kıymaya ekleyin. Kıvamını bağlamak için galeta ununu da ekleyin ve yoğurun. Elde ettiğiniz karışımı fırın poşetine koyup, rulo şeklinde sarın. Uçlarını kapatıp tepsiye yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında pişirin. Sosu için; domateslerin kabuklarını soyun ve küp şeklinde doğrayın. Sarımsak ve fesleğeni de ince ince doğrayın. Tavadaki zeytinyağının içine ekleyin. Tuz ve karabiberini de atın. Pişen rostoyu dilimleyin. Üzerine sosunu dökün. Fesleğen yapraklarıyla süsleyin.



Fotoğraf "AyGölgesi" tarafından gönderildi. 20.01.2015