



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ET SARMASI

MALZEMESİ:

Parçalanıp ince dövülmüş 1 kg. et

sıvıyağ

150 gr. kuyruyağı

150 gr. kabuksuz antepfıstığı

1/2 lt. sıcak su

1 çorba kaşığı salça

1 çay kaşığı acı toz kırmızıbiber

karabiber

tuz.

İçyağını robottan geçirin. Fıstıklar, yağı, tuz ve karabiberle bir harç yapın. Etlerin her birinin içine harçtan bir kaşık koyup dolma sarar gibi sarın. Bir kürdan saplayarak açılmalarını önleyin. Ruloları kızgıny yağda çevirerek kızartın. Suyunu katıp bir taşım kaynatın. Salça ve kırmızıbiberi ekleyerek karıştırın ve 20 dakika kadar tencerenin kapağını kapatarak pişirin.