



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GÖMLEKTE RULO KÖFTE

750 gr yağsız kıyma
1 koyun gömleği
2-3 dilim bayat ekmek içi
1 havuç
4 yumurta
1 baş soğan
1 su bardağı iç bezelye
2 çorba kaşığı pirinç unu
Tuz
Karabiber

Soğan soyulup rendelenir. Kıymaya rendelenmiş soğan, ufalanmış ekmek içi konur. Pirinç unu, yumurta, tuz, karabiber katılıp et macun gibi oluncaya kadar yoğrulur.

Koyun gömleği yayılır, üzerine kıyma dikdörtgen şeklinde yaydırılır. Havuç fındık büyüklüğünde parçalara bölünür.

Bezelye ve havuç bir kaptaki su ile birlikte haşlanır. Havuçlar yumuşayınca ateşten alınıp suyu süzdürülür.

Yumurtalar da ayrı bir kaptaki su ile haşlanır ve kabukları soyulur (katı şekilde haşlanması gerekir).

Hazırlanmış olan dikdörtgen kıymaya haşlanmış bezelye ve havuçlar bir sıra dizilir. Havuçların üzerine sırayla haşlanmış yumurtalar yerleştirilir. Köftenin baş kısmından tutularak dikkatli bir şekilde rulo haline getirilir.

Rulo köfteler koyun gömleğine sıkıca sarılır. Kalın yorgan ipiyle sıkıca rosto gibi bağlanır. Bir fırın tepsisine yerleştirilip, kızgın fırına verilir.

İyice pişince fırından alınıp, dilimlere bölünüp, yanında patates püresi ile servis yapılır.