



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HÜNKAR SARMA

Özge Pireci

Dana kontrfile (25x20 cm.genişliğinde)

1 adet orta boy patates

1 adet küçük havuç

1 tatlı kaşığı tereyağı

6 yemek kaşığı sıvı yağ

1 yemek kaşığı süt

10 yaprak ıspanak

2 yemek kaşığı un

1 diş sarımsak

25 gr. krema

Et suyu

½ soğan

Tuz

Karabiber

Dana kontrfile etimizi 3-4 mm. kalınlığa gelinceye kadar döverek inceltiyoruz. Etin her iki tarafını tuz ve taze çekilmiş karabiber ile çeşnilendirip bir kenara kaldırıyoruz.

Patates ve havucun kabuklarını soyup yıkayın. Bir tencereye su ve tuz koyup patates ve havucu haşlayın.

Haşlanan havucu hemen buzlu suya daldırıp çıkartın ve bir kenara koyun. Bu şekilde havuç rengini kaybetmeyecektir.

Haşlanan patatesi iyice ezip bir tatlı kaşığı tereyağı, bir yemek kaşığı süt ve tuz ekleyip tekrar ezerek karıştırın. Ispanakları yıkayıp kalın damarlarını çıkartın ve ince bir şekilde doğrayın. Bir diş sarımsağı ve yarım soğanı küçük küpler şeklinde kesip iki yemek kaşığı sıvı yağda pembeleşinceye kadar kavurun. Sonra ıspanakları da ekleyip ıspanaklar suyunu çekene kadar soğanlarla birlikte kavurun. En son kremayı ekleyip 5 dk. daha pişirin ve soğuması için kenara kaldırın.

Önceden çeşnilendirdiğiniz eti tezgaha yayın. Hazırlanmış iç harçları sırası ile önce kremalı ıspanağı sonra patates püresini bir spatula ile yayıp havucu yerleştirin. Eti yaprak sarar gibi yan kısımlarını içe kıvrıp rulo halinde sıkıca sarıp bir ip yardımıyla bağlayın.

Sarılmış eti önce iki yemek kaşığı una bulayın . Böylece pişirme sırasında ekleyeceğiniz et suyu ile kıvamlı bir sos elde edeceksiniz. Eti hiç bekletmeden önceden ısıtılmış dört yemek kaşığı sıvı yağda her tarafını kızartın. Kızaran ete bir kepçe sıcak et suyu ilave edin. Et suyu koyulaşınca bir kepçe daha et suyu ekleyin. Bu işlemi bir kez daha tekrarlayıp eti ve et suyunu bir fırın kabına yerleştirip önceden 180 derecede ısıtılmış fırında 15dk. daha pişirin. Fırından çıkarıp bağlama iplerini kesip atın ve dilimleyip sıcak servis edin.