



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI KÖFTE RULOSU

Bizim Mutfak Köfte Harcı
500 gr. köftelik kıyma
3,5 bardak su
500 gr. taze ıspanak
1 adet soğan
1 yemek kaşığı Bizim Margarin
1 tatlı kaşığı Bizim Mutfak Sarımsaklı Çeşni
2 adet haşlanmış havuç
1 paket Bizim Mutfak Domates Çorbası
Bir tutam maydanoz

Köftelik kıyma, köfte harcı, bir bardak su güzelce yoğrulup bir streç üzerinde yufka gibi açılır. Soğan jülyen şeklinde doğandıktan sonra margarin ile beraber sotelenir ve çeşni ile tatlandırılır. Daha sonra açılan köfte harcının içerisine konulup, havuçlar da dizildikten sonra rulo yapılır ve tepsiye konulur. 2,5 bardak su ile domates sos harcı karıştırılarak hafif koyulaşınca dek pişirilir ve köftenin üzerine dökülür. 150 oC'de 25 dakika pişirilip, halka şeklinde kesilir ve sosuyla servis edilir.

[ML® Ispanaklı Köfte için tıklayın](#)
