



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

IZGARA SIĞIR RULOSU

- 1 kg siğir filetosu yada tranşı (1 cm kalınlığında dilimlenmiş)
- 1 büyük soğan (ince doğranmış)
- 2 diş sarımsak (dövülmüş)
- 1 tatlı kaşığı fesleğen
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 6 dilim jambon (her biri ortadan 2'ye kesilmiş)

Önce, ızgaranızı kızdırınız.

Etleri bir tahta üstünde 5X5 cm boyutlarında doğrayınız. Küçük bir kasede soğan, sarımsak, fesleğen, tuz ve biberi karıştırınız. Karışımdan her et parçasının ortasına biraz koyup, eti yuvarlayarak sarınız.

Rulo etleri jambon parçalarıyla sarıp, bir kurdanla tutturunuz.

Etlerin her iki yanlarını ızgarada 7'şer dakika, iyice yumuşayana kadar pişiriniz. Rulo etleri ızgaradan alıp, ısıtılmış bir servis tabağına yerleştirerek servis ediniz.

Not: İtalyan mutfağından alınmış bir yemek olan ızgara siğir rulosunu, tereyağlı ıspanak yada kızarmış patates ve çoban salatası ile servis edebilirsiniz.
