



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MİLFÖYLÜ TAVUK SARMA

- 4 adet tavuk pirzola
- 12 adet milföy hamuru
- 1 adet soğan
- 1 adet havuç
- 3 adet yeşil biber
- 1 kase domates sos
- 3 diş sarımsak
- Tuz
- Karabiber
- 2 kaşık margarin
- 1 adet yumurta sarısı
- 1 kase bezelye

Tavuk pirzolayı kemiklerden ayırıp, küp küp doğruyoruz. havucu da küp doğruyip, tencereye alıyoruz. su ekleyerek haşlıyoruz. soğanı ve sarımsağı doğruyip tavada margarinle kavuruyoruz. üzerine tavuk etini ekleyip kavuruyoruz, ardından haşlanan havuçları ekliyoruz, biberlerin çekirdeklerini ayıklayıp, ince doğradıktan sonra tavaya alıyoruz. son olarak bezelyeyi de ekleyip kavuruyoruz, domates sosu, tuz ve karabiberi ekliyoruz. iyice kavrulduktan sonra ocaktan alıyoruz. milföyleri merdaneyle genişletiyoruz. soğuyan harcı ortalarına alarak, iki kenarı üst üste kapatıyoruz. rulo şeklinde sarıp yağlanmış tepsiye diziyoruz. 10 milföyü yapıyoruz, üzerine yumurta sarısı sürüp kalan 2 milföy hamurunu ince şeritler keserek milföy sarmalarının üzerine yerleştiriyoruz. önceden ısıtılmış fırında kızarana kadar pişiriyoruz.

