



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PIRASALI ET SARMA

500 gr. pırasa
4 dilim biftek
2 orba kaşığı tereyağı
1 diř sarımsak
4 dal maydanoz
4 dilim dana jambon
4 orba kaşığı sıvı yağ
1 su bardađı et suyu
3 orba kaşığı krema
1 orba kaşığı mısır nişastası
Tuz
Karabiber

Pırasaları ince vevv doğrayın. Bir orba kaşığı tereyağında kıyılmış sarımsakla birlikte kavurun. Kıyılmış maydanozu, tuz ve karabiberi ilave edip ocaktan alın. Biftekleri tuz ve karabiberle tatlandırın. Her dilimin üzerine bir adet jambon koyun. Pırasalı harcı ilerine paylaştırın. Rulo yapın, kürdanla tutturun. Bir tavada sıvı yağda kızartın, üzerine et suyunun yarısını ekleyip, 20 dakika pişirip tavadan alın. Tavada kalan suyun içine krema ve nişastayı katın. Bir taşım kaynatıp ocaktan alın. Eti dilimleyip üzerine nişastalı sosu gezdirin.