



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ROKALI IZGARA BILDIRCIN GÖĞSÜ (AVUSTRALYA)

Zeytinyağı, dağ kekiği, biberiye, tuz ve karabiber bir kaptaki karıştırılır. Bildircin göğüs etleri 1 gece bu sosta marine edilir. Tavaya biraz zeytinyağı konulup ısıtılır. Bildircin göğüs etleri zeytinyağında kızartılır. Roka yaprakları temizlenip iri parçalara ayrılır. Zeytinyağı, limon suyu ve balsamik sirke bir kâsede çırpılır. Bildircin göğüs etleri, roka yaprakları, güneşte kurutulmuş domates ve çok ince kesilmiş parmesan peyniri parçaları değişimli olarak servis tabağına dizilir. Balsamik sirkeli sos üzerine gezdirilip servis yapılır.

---

© lezzetler.com tarif no:1049 • adı:Rokalı ızgara bildircin göğsü (Avustralya) • gönderen:gulsimsir • indirme tarihi:04.04.2025 - 04:27