



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

RULO KÖFTE

Milli Eğitim Bakanlığı
Aile ve Tüketici Hizmetleri
Ankara 2011

750 g kıyma
3 dilim bayat ekmek
3 yumurta (Bir beyazı ayırınız)
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kekik
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber (arzuya göre)
1 tatlı kaşığı tuz
2 patates
2 havuç
100 g bezelye

Kıyma, 2 yumurtanın tamamı, birinin sarısı ve tüm baharatlar, bayat ekmek içi bir kap içerisinde yoğrulur. Patates, bezelye ve havuçlar ayrı ayrı kaplarda haşlanarak küp şeklinde doğranır.

Patates ve havuç karışımının içine bezelye ilave edilerek garnitür hazırlanır.

Fırın kabı hafifçe yağlanıp yoğrulan kıyma harcı bir parmak kalınlığında tepsiye yayılır.

Tepsiye yayılan köfte harcının üzerine garnitürler konularak köftenin birleşme kısmı alta gelecek şekilde kıyma rulo hâline getirilir.

Yumurta akı ince bir tabaka hâlinde üzerine sürülür.

3-4 çay kaşığı kadar tereyağı üzerine konulup 200 °C fırında 40 dakika kadar pişirilir.

Pişme sırasında köftenin kurumaması için etrafına sızan yağlardan üzerine kaşıkla ara sıra dökülür.

Patates püresi, pilav veya hafif sotelenmiş brokoli ile servis yapılabilir.

