



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

RULO KÖFTE

<https://www.dogrusucarrefoursa.com>

500 gr köftelik kıyma
1 adet soğan
1 adet yumurta
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 dilim bayat ekmeğin içi
1 yemek kaşığı galeta unu
Tuz, karabiber, kimyon, yenibahar
İçi için:
2 adet havuç
4 adet yumurta

Kıyma, rendelenmiş soğan ve yumurtayı derin bir kasede yoğurun. Üzerine bayat ekmeğin içini ufalayın. Tuz, karabiber, kimyon ve yenibaharı ekleyin. Tüm malzemeleri iyice karıştırmaya kadar yoğurmaya devam edin. Kabın üzerini streç filmle kapatın ve buzdolabında dinlendirin. Köfte harcını dinlenirken iç malzemeyi hazırlamaya başlayın. Yumurtaları katılaştırmaya kadar haşlayın ve soğuyan yumurtaları soyun. Havuçların kabuklarını soyun ve tuzlu kaynar suda 5 dakika haşlayın. Soğuyan havuçları uzunlamasına dörde bölün. Tezgahınıza pişirme kağıdını serip, zeytinyağı ile yağlayın ve galeta unu serpiştirin. Köfte harcını 1 santim kalınlığında dikdörtgen şekil vererek yayın. Ortasına dilimlenmiş havuçları ve bütün yumurtaları dizerek düzgünce rulo haline getirin. Pişirme kağıdından sonra köfteyi alüminyum folyoya sarın. Ruloğu fırın tepsisine yerleştirin ve 175 derece fırında 40-45 dakika pişirin. Köfteyi dilimleyerek servis yapın.

Not: Rulo köftenin yanında Arpa Şehriyeli Pirinç Pilavı servis edebilir veya küp patates, havuç ve bezelye karışımı garnitür ile de çeşitlendirebilirsiniz.

