



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

RULO KÖFTE

1 kilo orta yağlı kıyma
2 adet soğan
2 havuç
6 yumurta
2-3 dilim ekmeđ içi
Maydanoz
Tuz
Karabiber

Kıymayı suda birkaç dakika ıslatınız. Sıkılmış dilim ekmeğ içleriyle birlikte et makinesinden bir defa geçiriniz. Veya iyice yoğurunuz. Tuz, karabiber, iki yumurta, rendelenmiş soğan, maydanoz ile karıştırdınız ve yoğurunuz (Köftenin hamuru sert olursa, biraz su koyunuz)

Kıymanın hepsini yuvarlayarak, 7 - 8 santim çapında silindir şekline getirip, ortasını boydan boya iki parmak genişliğinde derice açınız. Açılan yere katı pişmiş yumurta uzunlamasına dört parçaya ayrılarak, haşlanmış havuç yerleştiriniz. Pişerken dağılmaması için, muntazam aralıksız bir şekilde kapatınız. Sonra yağlanmış tepsiye alarak üzerine bir yumurta akı sürüp orta hararetle fırında 40 - 50 dakika pişiriniz. Köfte pişerken, tepsiye akan yağları üzerine kaşıkla arasına dökünüz. Servis yapılacağı zaman enine dilimlere keserek dağıtım tabağına boşaltınız.
