



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

RULO KÖFTE

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

Az yağlı koyun kıymasına ekmek içi, yumurta, tuz, kırmızı biber, karabiber, kimyon, soğan rendesi, çok az su karıştırılarak iyice yoğrulur. Yağlanmış tepsinin içine dikdörtgen olacak şekilde 1 cm. kalınlığında yayılır. Tam ortasına uzunlamasına haşlanmış, dörde bölünmüş yumurta yerleştirilir. Haşlanmış bezelyeler ve haşlanmış küçük doğranmış havuç, yumurtalara paralel olarak yerleştirilir. Hiç boşluk kalmayacak şekilde sıkıca silindir şeklinde sarılır. Üzeri yağlanarak roti şeklinde pişirilir. Piştikten sonra dilimlenerek patates püresi ile servis yapılır.