



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SARIMSAKLI ROSTO

1 adet orta büyüklükte nuar et  
10 diş sarımsak  
2 adet havuç  
2 adet domates  
1 kaşık salça  
Yarım bardak ayçiçek yağı  
Tuz  
Karabiber

Nuarın sağını solunu bıçakla delin. Deldiğiniz yerlere soyulmuş sarımsakları bütün olarak yerleştirin. Yuvarlak etin tam ortasından bıçakla delin. Bütün bir havucu da bu deliğe yerleştirin. Bütün eti yağda kavurun. Çevire çevire kızartın. Kalan havucu, sarımsakları ve salçayı karıştırıp biraz sıcak su katın. Eti bu salçalı suda pişirin. 1,5 saatte pişecektir. Sudan çıkarıp yuvarlak yuvarlak keserek tepsiye dizin. Üzerine kendi suyundan koyup firma verin. 20 dakika da fırında pişirdikten sonra sıcak olarak servis yapın.