



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ BİFTEK SARMA

5 Adet Dövmüş Biftek
1 Su Bardağı Bezelye
1 Adet Büyük Havuç
2 Adet Soğan
1 Adet Patates
3 Adet Domates
2 Diş Sarımsak
2 Adet Sivri Biber
1 Yemek Kaşığı Salça
Sıvıyağ

Soğan, sarımsak ve biberleri ince doğrayıp sıvıyağda pembeleşene dek kavurun. Salçayı ekleyip biraz daha çevirin. Kavrulan soğanlara küp küp doğranmış havuç, bir adet domates, patates ve bezelyeyi ekleyin. Tuzunu ayarlayıp tencereyi ocaktan alın. Bifteklerin içine hazırladığınız harçtan pay edip biftekleri rulo şeklinde sarın. Sardığınız bifteklerin açılmaması için kürdanla tutturun. Kalan iki domatesi rendeleyip çok az sıvıyağla tencereye alın. Biftekleri de tencereye yerleştirip kısık ateşte et yumuşayana kadar pişirin.