SEBZELİ ET SARMA

600 gram kemiksiz kuzu eti
1 adet soğan
100 gram brokoli
2 adet taze soğan
Yarım demet maydanoz
1 çay bardağı kıyılmış ceviz
3 çorba kaşığı galeta unu
2 çorba kaşığı tereyağı
1 adet kereviz
4 diş sarımsak
Tuz, karabiber, kekik, kimyon

Kemiksiz ve ince bir şekilde dövülmüş etin her tarafını tuz, karabiber ve diğer baharatlarla iyice ovun. Üzerine bir miktar zeytinyağı koyup 10 dakika dinlendirin. Bu arada rendelenmiş soğanı tereyağında kavurun. Üzerine kıyılmış maydanozu, cevizi, brokoliyi, taze soğanı koyun, 5 dakika kadar pişirip ocaktan alın. İçine galeta unu ya da kurumuş ekmekleri ufalayarak ilave edin. Bu harcın içine son olarak rendelenmiş sarımsak ve kerevizi ekleyip karıştırın. Dinlenmiş olan etin üzerine güzelce yayın ve rulo şeklinde sarın. Gerekirse pamuk bir iplikle bağlayın. Kürdan yardımıyla da tutturabilirsiniz. Bu rulo eti fırın tepsisine koyup 180 derecede 45-50 dakika kadar pişirin. Et pişince de dilimleyerek servis tabağına alın.

© lezzetler.com tarif no:72079 • adı:Sebzeli Et Sarma • gönderen:gülfidan korluer • indirme tarihi:29.05.2024 - 08:56