



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SELÇUKLU SARAY SARMASI

300 gram bonfile
1 adet küçük boy kabak
1 adet havuç
2-3 adet kırmızı biber
2 çorba kaşığı tuzsuz antepfıstığı
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz
Karabiber
3,5 çorba kaşığı margarin
1,5 çorba kaşığı demiglace sos

Sebzeleri jülyen doğrayıp, kaynar ve tuzlu suda ayrı ayrı haşlayın. Sonra buzlu suya atıp, süzün. Sebzeleri, inceltmiş bonfilenin içine yerleştirip, antepfıstığı serpiştirin. Rendelenmiş kaşar peyniri, tuz, karabiber ve margarini ilave ederek sıkıca rulo şeklinde sarın. Sardığınız eti alüminyum folyo ile kaplayın. Izgarada isli haline gelene kadar pişirin. Daha sonra önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika pişirin. Folyoyu çıkarıp, dilimleyin. Demiglace sos ile servis yapın.