



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SUCUKLU TAVUK SARMA

<https://www.aksam.com.tr>

2 adet tavuk baget
60 gram sucuk
3 adet haşlanmış patates
10 dal fesleğen yaprağı
2 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardağı süt
Yarım soğan
1 diş sarımsak
1 çay kaşığı muskat
7 tane brokoli
4 tane Brüksel lahanası
2 yemek kaşığı soya sosu
Tuz
Karabiber

İlk olarak bagetleri kemiklerinden ayırıp karıştırıcıya atıyoruz.

İçerisine soğan, sarımsak, sucuk, soya sosu, fesleğen ve zeytinyağı ekleyip kıyma haline gelene kadar çekiyoruz.

Elde ettiğimiz harcı streçin üzerine döküp sıkarak sarıyoruz ve 180 derece fırında 15 dakika pişiriyoruz.

Patates püresi için önceden haşladığımız patateslerin içerisine 1 çay kaşığından az muskat, 1.5 yemek kaşığı tereyağı, zeytinyağı, 6 yaprak fesleğen, 2 kepçe süt, tuz ve karabiber ekleyip karıştırıcıda püre haline getirip ocakta 5 dakika pişiriyoruz.

Brokoli ve brüksel lahanasını tavada 2 yemek kaşığı zeytinyağı ile soteliyoruz.

Üzerine yarım çay bardağı su, tuz ve karabiber ekleyip sotelemeye devam ediyoruz.

Pişen tavuğu fırından çıkarıp dilimleyerek pürenin üzerine ekleyip, yanına da sotelediğimiz sebzeleri koyarak servis yapıyoruz.

