



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU RULO BÖREK

Malzeme:

200 gram tavuk budu
2 çorba kaşığı Altın Hasat Riviera Zeytinyağı
2 çorba kaşığı taze soğan
4 yaprak ıspanak
1 çay kaşığı kimyon
2 çorba kaşığı jalapeno biberi
2 çay kaşığı Pulbiber
50 gram haşlanmış mısır
50 gram meksika fasulyesi
1 çorba kaşığı maydanoz
2 çorba kaşığı kaşar peyniri
2 adet lavaş ekmeği
Yeteri kadar Tuz
Sosu İçin :
1 adet acı sivri biber
2 çorba kaşığı jalapeno suyu
2 adet taze soğan
1 adet avokado
30 gram kabak çekirdeği
Yeteri kadar tuz, karabiber, kekik
3 çorba kaşığı su
3 çorba kaşığı üzüm sirkesi
3 çorba kaşığı limon suyu
3-4 dal maydanoz

Yeşil jalepeno sosu için bütün malzemeleri mikserle püre haline getirin. Birkaç saat dinlendirin. Tavuk budunu ızgarada kızarttıktan sonra şeritler şeklinde doğrayın. Tavada sıvıyağ ile soğanı ve doğranmış ıspanağı soteleyin. Tüm baharatları ve malzemeleri bu karışıma ekleyin ve 5 dakika daha pişirin. Lavaş ekmeği içine hazırladığınız karışımı koyup rulo şeklinde sarın. Kızgın yağda 3-5 dakika kızartın. Yeşil jalapeno sosu ile servis yapın.

Not: Jalapeno biberi yeşil renkli acı bir biberdir. Meksika mutfağında kullanılır. İştah açıcı tatlı bir acısı vardır. Jalapeno biberini marketlerde bulabilirsiniz.