



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Фаршированный рулет

Bulgurlu Bükme Köfte



250 гр. говяжьего фарша
2 ломтика черствого хлеба
1 средняя луковица
0,5 ч.л. соды
0,5 ч.л. кумина
0,5 ч.л. красного острого перца
0,5 ч.л. черного перца
1 ч.л. соли
Для начинки:
0,5 стакана пшеничной крупы
1 маленькая луковица
1 горсть грецких орехов или фисташек
0,5 ч.л. черного перца
0,5 ч.л. соли
4 ст.л. подсолн. масла

- # Хорошо перемешать черствый хлеб без корочки и тертый на терке лук.
- # Добавить фарш, красный перец, черный перец, соду, кумин и соль, хорошо вымесить. Поставить в холодильник минимум на 1 час.
- # Приготовим начинку: Масло налить в сковороду, поставить на средний огонь. Когда масло нагреется добавить мелко порезанный лук, пассировать до прозрачности.
- # Затем добавить фарш, слегка поджарить, добавить промытую пшеничную крупу, черный перец, соль и фисташки, перемешать, закрыть крышкой, оставить остывать.
- # На столешницу положить фольгу длиной 45-50 см. Достать из холодильника фарш и выложить его на фольгу по всему периметру в форме прямоугольника, толщиной 1 см.
- # Сверху выложить начинку, также по всему периметру. С помощью фольги скрутить фарш в плотный рулет.
- # Поставить в заранее разогретую до 190 градусов духовку примерно на 30 минут.
- # Достать из духовки, оставить на 30 минут, затем порезать.

Чтобы резать было легко, рекомендуется резать вместе с фольгой.