



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

SOSİSLİ TAVUK SARMA



6 adet sosis
3 parça tavuk biftek
3  orba kaşığı zeytinyağı
1,5 çorba kaşığı salça
2 su bardađı su
1,5 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1,5 tatlı kaşığı tuz

- # Tavuk biftekler et d veceđiyle iyice inceltir. Ortadan boyuna kesilir. Bu Őekilde 6 parça biftek elde edilir.
- # Sosislerin u  kısımları bıçakla artı Őeklinde kesilir.
- # Bifteklerin yüzeyine tuz, karabiber ve pul biber serpilir.
- # Bifteđin ucuna kenarları dıŐarıda kalacak biçimde sosis konur ve rulo yapılır.
- # Kenarı kürdanla tutturulur. Malzeme bitene kadar aynı iŐlem tekrarlanır.
- # Tavaya zeytinyağı konur. Isınınca sosisli tavuk sarmaları atılır. İki yüzü pembe renk alacak Őekilde kızartılır.
- #  zerine iyice karıŐtırılmıŐ sıcak su, az tuz ve salça karıŐımı eklenir.
- # Kapağı kapatılır , orta ateŐte 20 dakika piŐirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Sosisli tavuk sarma salçası eklendikten sonra, önceden ısıtılmıŐ 190 derece fırında da piŐirilebilir.