



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 çorba kaşığı zeytinyağı
1,5 çorba kaşığı salça
2 su bardağı su
1,5 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1,5 tatlı kaşığı tuz

- # Tavuk biftekler et döveceğiyle iyice inceltir. Ortadan boyuna kesilir. Bu şekilde 6 parça biftek elde edilir.
- # Sosislerin uç kısımları bıçakla artı şeklinde kesilir.
- # Bifteklerin yüzeyine tuz, karabiber ve pul biber serpilir.
- # Bifteğin ucuna kenarları dışarıda kalacak biçimde sosis konur ve rulo yapılır.
- # Kenarı kürdanla tutturulur. Malzeme bitene kadar aynı işlem tekrarlanır.
- # Tavaya zeytinyağı konur. Isınınca sosisli tavuk sarmaları atılır. İki yüzü pembe renk alacak şekilde kızartılır.
- # Üzerine iyice karıştırılmış sıcak su, az tuz ve salça karışımı eklenir.
- # Kapağı kapatılır , orta ateşte 20 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Sosisli tavuk sarma salçası eklendikten sonra, önceden ısıtılmış 190 derece fırında da pişirilebilir.