



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

## BİFTEK SARMASI



- 8 Adet biftek
- 3 Dilim bayat ekmek içi
- 1 Su bardağı rende kaşar
- 2 Çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 Çay kaşığı kırmızı pul biber
- 1 Tatlı kaşığı karabiber
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- Garnitür için;
- 2 Adet orta boy domates
- 1 Orta boy kuru soğan
- 8 - 10 Dal maydanoz
- Üzeri için;
- 2 Çorba kaşığı zeytinyağı

- # Bayat ekmek içi robotta yada elle ufalanır. Üzerine rende kaşar, 2 çorba kaşığı zeytinyağı ve kırmızı pul biber eklenir, iyice karıştırılır.
- # Çok ince dövülmüş bifteklerin iki tarafına tuz ve karabiber serpilir.
- # Bifteklerin üzerine hazırlanan kaşar peynirli harç pay edilir ve sıkı bir rulo yapılır. Ucunun açılmaması için kurdanla tutturulur.
- # Hazırlanan biftek sarmaları ızgaraya dizilir, üzerine zeytinyağı gezdirilir. İki yüzü kızarana kadar pişirilir.
- # Bu arada garnitür hazırlanır. Domates ve kuru soğan çok ince doğranır. Maydanoz ince kıyılır, az tuz eklenir, karıştırılır.
- # Servis tabağına garnitürlü biftek sarması konur, servise sunulur.

**Not:** İçinin pişmesi için bifteklerin ince olması önemlidir.