



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ VE ETLİ YAPRAK SARMASI

Eyüp Sevinç

400 gr dana kıyma
200 gr kuzu kaburga tarak kemiği
200 gr yeşil ekşi erik ya da koruk
300 gr taze ya da 250 gr salamura asma yaprağı
Yarım bardak piring
2 adet soğan
2 diş sarımsak
2 yemek kaşığı sıvı yağ
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
1 çay kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
1 çay kaşığı karabiber

Taze yaprakları yıkayın. Kaynatılmış tuzlu suyun altını kapatın, yaprakları içine bırakıp kapağını kapatın. 1-2 dakika bekletip alt üst edin. Yaprakların rengi değişince sudan çıkartın. Suyu daha sonra yemekte kullanmak üzere kenara ayırın. Salamura yaprak kullanacaksanız, yaprakları yıkadıktan sonra kaynar suda 5-10 dakika bekletip süzün. Bu suyu daha sonra kullanmayın, atın. Kıymaya, küçük doğranmış soğan, sarımsak, ince kıyılmış maydanoz, dereotu, kuru nane, 1 yemek kaşığı sıvıyağ, tuz ve karabiber ekleyip yoğurun. Piringleri önceden iyice yıkayıp 10-15 dakika sıcak suda bekletin ve kıymalı karışıma ekleyip ezmeden karıştırın. Yaprakların saplarını ve ortadaki kalın damarını kesip yaprakları bu şekilde ikiye bölün. Hazırladığınız içi koyup sarın. Tencerenin en alt kısmına kaburga kemiklerini yayın. Üzerine bir sıra sarma bir sıra erik ya da koruk dizin. Üzerine 1 yemek kaşığı da yağ ve yaprakları kaynatmış sudan 1 su bardağı ekleyip hafif ateşte yapraklar yumuşayana kadar pişirin. İsteğe bağlı olarak yoğurtla servis yapın.

Not: Erik veya koruk bulunamayan mevsimlerde, bir limon suyu ya da 100 gr erik kurusu da kullanılabilir. 16. ve 17. yy saray mutfağında yer aldığı bilinen bir yemektir.

