



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

ERİKLİ YAPRAK SARMASI

250 gram taze yaprak
2 su bardağı pilavlık bulgur
1 çay bardağı zeytinyağı
1 adet soğan
250 gram yeşil erik
1 çorba kaşığı salça
1 çorba kaşığı nar ekşisi
2-3 diş sarımsak
Tuz
Karabiber
Kimyon

Yaprakları iyice yıkayıp, yumuşayana kadar haşlayın. Diğer tarafta bulguru çok az su ile 5 dakika ıslatın. 1 adet soğanı küçük doğrayıp, zeytinyağında hafifçe pembeleştirin. Tencereyi ocaktan alıp içine ince doğranmış sarımsakları, salça, nar ekşisi, tuz, karabiber ve kimyonu ekleyin. Islattığınız bulgura da bu karışımı ekleyin. İyice harmanlayın. Yapraklara birer tatlı kaşığı bu içten koyup, incecik sarın. Tencereye yerleştirin. Üzerine bir-iki yaprak kapatın. 250 gram yeşil eriği de yıkayıp, tencereye ilave edin. Üzerini geçmeyecek kadar su ilave edin. Önce harlı, sonra da kısık ateşte ağır ağır pişirin.

Not: Pişme süresince eriklerde çatlama olursa, tencereden alıp, servis yapana kadar bekletin.

