



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ YAPRAK SARMASI (SİVAS)

Sivas Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Kıyma, ince bulgur, soğan, maydanoz, tuz, biber, salça ve domates konularak hazırlanan i  in asma yapraklarına sarılmasıyla hazırlanır. (Geleneksel Sivas Yemeklerinde bulgur hakim olup bütün sarmalar bulgurla yapılır). Asma yaprakları salamura yapılmış halde Tokat tan gelir. Etli yaprak sarması ne kadar küçük sarılırsa o kadar makbuldür. Büyük yaprakları ikiye   e bölerek saran hanımlar da vardır. İstenildi i zaman yapılabilen yaprak sarması Ramazan ve Kurban Bayramlarında hazırlanan değişmez yemeklerimizdendir. Sarma içi hazırlanırken bulgur az konur. (Fazla konan bulgur için sarma değil, bulgur yükü derler). Bazı evler sarmanın yumuşak olması için ince bulgurla beraber çok az da kalın (pilavlık) bulgur koyarlar.

[ML  Yaprak Bu ulaması için tıklayın](#)[ML  Etli Yaprak Sarması için tıklayın](#)