



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GONGOŞ SARMASI (TRABZON)

2 demet karalahana
2 su bardağı kırık mısır
1 adet kuru soğan
1 tatlı kaşığı kekik
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1,5 çay bardağı sıvıyağ

Kırık mısır akşamdan ıslatılır. Karalahanaların sapları alınır. Kaynar suya atılır, yumuşayana kadar haşlanır. Bu arada mısır süzülür, kıyılmış soğan, karabiber, kekik, tuz ve 1 çay bardağı sıvıyağ eklenir. Haşlanan karalahanaların sert damarlı kısmı ezilir. Kenarına iç konur ve sarılır. Sarmalar tencereye dizilir. Üzerine yarım çay bardağı sıvıyağ ve gömülene kadar su konur, kapak kapatılır. Yaklaşık bir saat pişirilir.