



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LORLU PAZI SARMASI

1 kg pazı
1 kâse bulgur
1 Çökelek (lor)

Bulgur 1 ay bardağı kaynar su ile şişirilip demlenir. Demlendikten sonra içine çökelek konulup yoğurulur. Diğer yanda pazı yaprakları temizlenip kaynar suya atılır. 30 saniye bekletilip kevgir yardımı ile çıkartılır. Hazırlanan ökelekli, bulgurlu iç pazıların içine konulup dolma olarak sarılır, 1 bardak su ile fırın tepsisine alınıp 200° fırında 60 dakika pişirilir. Servis yaparken üzerine sarımsaklı yoğurt konulur.
