



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAKLA SARMASI

<https://www.elele.com.tr>

2 su bardağı iç bakla
1 su bardağı dövme Buğday
1 su bardağı köftelik bulgur
4 soğan
30 gr tereyağı
1 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
1 kg salamura yaprak
1 kg kuşbaşı koyun sırt eti
2 domates
4 yemek kaşığı domates salçası
1 demet dereotu
1.5 yemek kaşığı reyhan otu
Kırmızı pul biber
Tuz

Bakla, piyazlık doğranmış soğanlar, 1 yemek kaşığı domates salçası, reyhan otu, ince doğranmış dereotu, tuz, ince doğranmış domates, bulgur ve dövme buğdayı bir kapta iyice karıştırın. Salamura yaprakların ortasına hazırladığınız içten paylaşırıp kare şeklinde sarın. Tabanına yaprak serdiğiniz tencereye sarmaları dizin. Etleri sarmaların aralarına serpiştirip, 2 su bardağı ılık su ilavesiyle kısık ateşte pişirin. Diğer tarafta, tereyağı, ayçiçeği yağı ve kalan domates salçasını 2-3 dakika pişirin. Servis tabağına domates sosunu aktarıp üzerine sarmaları yerleştirerek sıcak servis yapın.

