



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAKLALI YAPRAK SARMASI

Aysu Gevrekçi

- 3 adet orta boy kuru soğan
- 1 büyük kase temizlenmiş bakla
- 1 büyük kase kırık yarma
- 2 yemek kaşığı domates salçası
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 adet domates
- 1 adet yeşil biber
- 3-4 adet yeşil soğan
- 1 avuç maydanoz
- Pul biber
- Karabiber
- 1 çay bardağı su
- ½ çay bardağı sıvı yağ

Kuru bakla 1 gece önceden ıslatılır. ıslatmış olduğunuz ve bir gece beklettiğiniz baklanın kabuklarını soyduktan sonra baklaları ikiye bölünüz. Etləri tencerenin dibine dizilir. İç malzemeler harmanlanıp yaprağa sarıldıktan sonra kemikli etin üzerine dizilir. Sarmaların üzerini geçmeyecek kadar sıcak su ilavesi yapıp, ağzı kapatılıp pişmeye bırakılır. Dolmaların pişmesine az bir vakit kala tava içine alınan sıvı yağ ve ince doğranmış soğan pembeleşinceye kadar kavrulur, salça ilavesi ile karıştırılır. Hazırladığımız salçalı sosu pişen dolmanın üstüne dökülür.

