



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BULGURLU PAZI SARMASI

Yarım su bardağı bulgur  
1 kg. pazı yaprağı  
1 adet iri soğan  
300 gram orta yağlı kıyma  
1 çorba kaşığı salça  
Yarım demet maydanoz  
Yarım demet dereotu  
2 çorba kaşığı tereyağ veya margarin  
Tuz, karabiber, kırmızıbiber, kimyon

Bulgurları sıcak suyun içinde, kapağı kapalı bekletip, bulgurların yumuşayıp şişmesini sağlayın. Pazı yapraklarını sıcak suya batırın ve 1-2 dakika bekletip hemen çıkarın. Suyunu iyice süzdürün. Büyükçe bir kap içine küçük doğranmış soğanı, kıymayı, salçayı, ince kıyılmış maydanozu, dereotunu, tuzu ve diğer baharatları, yumuşayan bulgurları ekleyin. Yağı eritip malzemenin üzerine gezdirin ve malzemeyi iyice yoğurun. Pazı yapraklarına bu malzemeyi bölüştürüp, sarın. Sarmaları tencereye aralıksız olarak dizin.

