



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU PAZI SARMASI

Hafize Kumdakçı

2 demet pazı
400 gr. dolmalık kıyma
1 çay bardağı bulgur
1 çorba kaşığı domates püresi
2 adet orta boy kuru soğan
1 tabı kaşığı nane
Tuz
Karabiber
2 çorba kaşığı sıvı yağ
1 çorba kaşığı margarin

- 1) Pazı yapraklarının saplarını kesip yıkadıktan sonra sıcak suya koyup bir kaç dakika bekletin.
- 2) Dolmanın harcı için, kıyma, bulgur, domates püresi, rendelenmiş soğan, tuz, karabiber, nane ve sıvı yağı karıştırıp yoğurun.
- 3) Pazı yapraklarının kalın damarlı kısımlarını çıkarın. Yaprakların büyük olanlarını ikiye bölün. Her yaprağın içine büyüklüğüne göre 1 veya 2 tatlı kaşığı harç koyup sarın.
- 4) Dolmaları yayvan bir tencereye dizin. Üzerine çıkacak kadar sıcak su, margarin ve tuz ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp, önce hızlı sonra kısık ateşte suyu az kalıncaya kadar pişirin. Pazı dolmasını sarımsaklı yoğurt ile de servis yapabilirsiniz.