



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## CEVİZLİ BULGURLU SARMA

200 gram asma yaprağı  
2 adet soğan  
Yarım demet maydanoz  
Yarım demet dereotu  
100 gram California cevizi  
1 çorba kaşığı tereyağı  
Nane, tuz, karabiber  
2 çay bardağı kısırlık bulgur

Derin bir kabın içine, rendelenmiş soğan ve bulguru koyup karıştırın. Üzerine 1 çay bardağı sıcak su koyup karıştırın. Kıyılmış yeşillikleri ve cevizi ekleyin. Bu iç malzemeyi 3 dakika haşlayın, süzölmüş asma yapraklarının içine koyup sarın. Tencereye dizin ve üzerine tereyağı koyup 1 su bardağı su ekleyin. 20 dakika pişirin.

