



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EBEGÜMECİ SARMA

3 bağ ebegümeci
2 su bardağı pirinç
1 adet büyük boy soğan
1 demet taze soğan
1 demet taze nane
1 demet maydanoz
1 su bardağı zeytinyağı
2 yemek kaşığı domates salçası
Tuz
Karabiber

Ebegümecinin iri yapraklarını ayıklayıp yıkayın. Önce kaynar suya batırıp çıkarın. Ardından rengini koruması için buzlu suya batırıp çıkarın. Yeşillikleri kıyın. Soğanı yemeklik doğrayın. Pirinci yıkayıp tüm malzemeyi ilave ederek karıştırın. Her bir ebegümeci yaprağının içine pirinçli karışımdan ekleyip ister rulo isterseniz muska şeklinde sarın. Tencereye dizin. Sarmaların yarısına gelecek kadar su ilave edin. Üzerine bir porselen tabağı ters çevirerek kapatın. Kaynayana kadar orta, sonra kısık ateşte 20 dakika kadar kontrol ederek pişirin. Ilık ya da soğuk, sarmısaklı yoğurt eşliğinde servis yapın.

