



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## EFE SARMAZI

Et avuç içi iriliğinde ve mümkün olduğu kadar ince dilimlere bölünür. İyice dövölür. Yağlı tulum peyniri (her dilim için 1 kaşık hesabıyla), 1 yumurta ve yarım avuç kıyılmış maydanoz karıştırılarak bir bulamaç yapılır. Sonra bu et dilimlerinden her birinin içine birer kaşık bu bulamaçtan konur ve bu et dilimleri birer yaprak dolması gibi sarılır. Açılmaması için de her et sarması bir kúrdanla tutturulur. Mısırózü yağında sarmaların her yanını kızartılır. Etlar kızarıncaya bir fincan et suyu dökölür ve kabın kapağı örtölerek et iyice pişirilir. Sonra kızarmış patatesle servis yapılır.

---

© lezzetler.com tarif no:13692 • adı:Efe Sarması • gönderen:zafira • indirme tarihi:03.04.2025 - 08:40