



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKŞİLİ DOLMA (ERZURUM)

150 gr koyun kıyması
350 gr dana kıyması
5 soğan
1 yemek kaşığı tereyağı
2 kahve fincanı ince bulgur (düğü)
1 kahve fincanı su
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
10 dal maydanoz
5 dal dereotu
5 dal nane ya da kuru nane
Bir miktar erik ya da kızılıcık pestili
Sarmak için:
250 g taze yada 1 kg salamura yaprak
Pişirmek için:
2 su bardağı etsuyu
1 tatlı kaşığı tuz

Soğanlar çok ince doğranır ya da rendelenir.

Bir miktar erik ya da kızılıcık pestili sıcak su içinde yumuşatılarak diğer malzemelerle birlikte harca ilave edilir, iyice karıştırılır.

Yaprak taze ise 6 su bardağı kaynamakta olan suya 1 limon sıkılarak 2 dakika haşlanır.

Yaprak salamura ise yıkanarak tuzundan iyice arıtıldıktan sonra sıcak suda bekletilir.

Yapraklar parçalanmadan suyu sıkılarak sapları alınır.

Yaprakların birkaç tanesi tencerenin dibine döşenir.

Kaşıkla yaprağın uç kısmına koyularak sarılır ve tencereye dizilir.

Üzeri tekrar yaprakla kapatılır.

Et suyu ve tuzu eklenir.

Sarmaların açılıp dağılmaması için üzerine bir tabak kapatılır ve kapağı da kapatılarak hafif ateşte 40 dakika kadar pişmeye bırakılır.

Not: Ocak yerine fırında da pişirilebilir.