



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ MERCİMEKLİ SARMA

200-250 gr salamura asma yaprağı
2 su bardağı yeşil mercimek
2 adet orta boy kuru soğan
4 adet taze yeşil soğan
1 demet dereotu maydanoz
4 çay kaşığı domates salçası
60 gr margarin
2 çay kaşığı tozşeker tuz, karabiber
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
2 adet limonun suyu
2 su bardağı sıcak su

İyice yıkadığınız mercimeği orta boy bir tencereye koyup üzerine çıkacak kadar suyla ve orta ısı ateşte, mercimek yumuşayınca kadar pişirin. Haşladığınız mercimeği süzüp derin bir kaba aktarın. Diğer taraftan, kuru soğanları soyup tavla zarı formunda doğrayın. Taze soğan, maydanoz ve dereotunu ayıklayıp yıkadıktan sonra incecik dilimleyin. Doğradığınız malzemeleri haşlanmış mercimeğin üzerine aktarıp karıştırın.

Tuz, karabiber ve toz kırmızı biberi serpin. Salça ve yağın da ilave edip toz şekeri katın. Hazırladığınız dolma harcını kaşıkla ya da elinizle iyice karıştırın.

Salamura asma yapraklarını kaynar suda 2-3 dakika tutup çıkarın. Yaprakları sıkıp tek tek açarak parlak kısımları dışarıya bakacak şekilde bir tepsiye yerleştirin. İçlerine hazırladığınız mercimekli harçtan birer yemek kaşığı koyup dolma gibi sarın.

Geniş bir tencerenin dibine birkaç asma yaprağı serin. Üzerine sıkıca sardığınız dolmaları aralıksız olarak dizin. Üzerlerine limon suyunu gezdirip sıcak suyu da tencerenin kenarından aktarın.

Yemeği orta ısı ateşte en az 30-35 dakika pişirip ılık ya da soğuk olarak servise sunun.

