



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKŞİLİ PANCAR SARMASI (MALATYA)

Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Sumak kaynatılıp, suyu süzülür. İnce bulgur kaynatılarak haşlanır. Haşlanan bulgur, tuz, baharat, karabiber katılarak yoğrulur. Başka bir tarafta pancar yaprağı haşlanır. Hazırlanan iç haşlanmış olan pancar yaprağına dökülür. Üzerine sumak suyu konulur ve kaynatılır. Pişen sarma üzerine eritilen yağ dökülür ve yenilir.

