



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMASI (ELAZIĞ)

Elazığ il Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Taze veya salamura asma yaprağı

İç harç için:

1/2 kg yağlı kıyma

2 su bardağı köftelik bulgur

2 adet kuru soğan

1 yemek kaşığı domates salçası

1 yemek kaşığı biber salçası

1 çay bardağı zeytinyağı

1/2 demet maydanoz

Su

Tuz

Sos için:

3 yemek kaşığı tereyağı

1 yemek kaşığı domates salçası

10-15 adet aluça (yeşil can eriği)

Su

Taze yaprakla yapılışı;

Bir tencerede su kaynatılır ve bir miktar tuz ilave edilir.

Taze asma yaprakları bir kaba konur ve üzerine kaynamış tuzlu su dökülür.

1 saat bekletilir ve süzülmesi için kevgire alınır.

Salamura yaprakla yapılışı;

Salamura yapraklarının fazla tuzunun çıkması için ılık suda 1 saat bekletilir.

Sonra, süzülmesi için bir kevgire alınır.

İç harcı için;

Soğan ve maydanoz küçük küçük doğranır.

Bir kaba doğranmış soğan, bulgur, kıyma, tuz ve salçaları konur.

Zeytinyağı ve biraz su eklenerek yoğrulur.

Doğranmış maydanozlar ilave edilir ve biraz daha yoğrularak hazırlanır.

Asma yapraklarının içine iç harçtan konularak sarılır.

Sarılan yapraklar, aluçalar ile birlikte tencereye dizilir.

Bir tavada 3 yemek kaşığı tereyağı kızdırılır.

Kızdırılan yağ 1 yemek kaşığı domates salçası ilave edilir ve kavrulur.

Kavrulan salçaya 3 - 4 bardak su ilave edilir ve kaynatılarak sos hazırlanır.

Hazırlanan sos tencerede dizili olan sarmaların üzerine gezdirilerek dökülür.

Üzerine ağırlık olarak bir tabak yerleştirilir ve ocağa alınır.

Kaynamaya başlayınca kısık ateşte pişirilmeye bırakılır.

İsteğe bağlı olarak üzerine yoğurt ve kızdırılmış tereyağı dökülerek servis edilir.



  lezzetler.com tarif no:167565 • adı:Etl  Yaprak Sarması (Elazığ) • gönderen:g l • indirme tarihi:20.05.2024 - 19:13