



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GÜVEÇTE İLIBADA SARMASI

İlibada yaprakları
1 su bardağı pirinç
2 adet orta boy domates
1 baş orta boy soğan
Yarım bağ maydanoz
100 gr yağ
Karabiber
Tuz
Limon
1 adet yumurta
Yoğurt

Öncelikle ilibada yaprakları ılık sudan geçirin. İlibada yaprakları çok narin oldukları için haşlamaya gerek yok. Yaklaşık 100 gr yağda rendelenmiş soğanı ekleyin soğanı pembeleşene kadar kavurun. Üzerine domatesleri rendeleyip, ekleyin, kavurmaya devam edin. Domates suyunu çekince haşlanmış pirinç de eklenir, bir süre daha kavurun. Ocaktan alındıktan hemen sonra ince doğranmış maydanoz, tuz ve karabiber de ekleyin. İlibada sarmanın iç harcı artık hazır. İlibada yapraklarını üçgen olarak sarın ve güvece dizin. İlibada sarma pişerken üzerine limon dilimleri koyabilirsiniz mayhoş bir lezzet verecektir. 1 yumurta iç harcı soğuduktan sonra harca eklenir. Bu sayede için dağılması da engellenir. İlibada Sarma hazırdır üzerine yoğurt düküp servis edilir

