



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARA DOLMA (BAYBURT)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

250 gr. az yağlı dana kıyma
1 adet kuru soğan
250 gr. salamura yeşil fasulye yaprağı
1 yemek kaşığı salça
1 yemek kaşığı tereyağı
3 diş sarımsak
100 gr. bulgur
1 yemek kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

Bir kap içerisinde kıymanın üzerine ince ince kıyılmış olan soğan ve sarımsak ile karabiber, tuz ve bulgur eklenerek yoğurma işlemi yapılır.

Bu şekilde iç malzeme hazırlanmış olur.

Hazırlanan iç malzeme çok iri olmayacak şekilde fasulye yapraklarına sarılır.

Tencerede salça tereyağında kavrulur ve üzerine bir tutam tuz ile birlikte 400 ml. kadar sıcak su eklenir.

Hazırlanan sarmalar salçalı suyun içerisinde tane tane düzgün olacak şekilde sıralanarak konur.

Bu şekilde 30 dk. kadar tencerenin kapağı kapatılarak pişirilir.

Piştikten sonra kısa bir süre tencerede dinlendirilir.

Servis tabaklarına alınarak üzerine veya kenarına yoğurt konularak servisi edilir.

