



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARALAHANA SARMASI (ARTVİN)

2 bağ karalahana
1 su bardağı pirinç
2 adet kuru soğan
Yarım su bardağı zeytinyağı
2 yemek kaşığı salça
Tuz
Karabiber
Kuru nane
Üzeri için:
Yarım limon suyu

Öncelikle karalahanaları kaynar suda haşlayıp soğuk sudan geçirin. Damarlı kısımlarını keserek alın. Bir su bardağı pirinci yıkayıp süzün.

İç harcı için; küp küp doğranmış soğan ile zeytinyağı, salça, tuz, karabiber ve naneyi karıştırın. Karalahana yapraklarını uygun şekilde keserek parçalara ayırın. İç harcı yaprakların bir kenarına koyarak sarın. Tencerenin dibine karalahana yaprağı döşeyin. Üzerine karalahana sarmalarını dizin. Tencereye iki su bardağı suyu ilave edin. Önce hızlı ateşte kaynatın, sonra ocağı kısık ateşe ayarlayıp sarmalar yumuşayana kadar pişirin. Piştikten sonra yarım limon suyunu dolmaların üzerine gezdirin. Tencerenin kapağını kapatıp, yarım saat demlendirdikten sonra servis yapın.

