



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU BAKLALI YAPRAK SARMASI (ÇARŞAMBA SAMSUN)

Ümit Güneysu

250 gr asma yaprağı
250 gr kalın çekilmiş kıyma
1 çay bardağı buğday yarması
Kuru bakla (etten biraz fazla)
1 kuru soğan
Nane
1,5-2 bardak su
Tuz
Bolca ince kıyılmış maydanoz
Pişirme suyu için kaburga kemikleri

Sıcak suda bekletilip kabukları soyulan bakla ince ince doğranır.
Diğer bütün malzemelerle karıştırılıp yeteri kadar suyla harç elde edilir, yapraklar sarılır.
Güvecin altına kaburga kemikleri, üstüne de yaprak yerleştirilir.
Sarılan dolmalar dizilip üzerine bir ağırlık koyularak kapağı kapatılır.
1 saat kadar ağır ateşte pişirilir.
Yanında sade ya da sarımsaklı süzme manda yoğurduyla servis edilir.



8