



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LABADA SARMASI (BEYŞEHİR KONYA)

Beyşehir Belediyesi

2 adet kuru soğan
2 su bardağı bulgur
2 yemek kaşığı salça
1 çay kaşığı kuru salça
Yarım bardak sıvı yağ
1 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım kilo labada

Labadalar yıkanır. Labadalar hafif haşlanır. Bir kabin içerisine bulgur, kıyılmış soğan, salça, sıvı yağ, tuz, su ve baharatlar eklenip iç malzemesi pişirilir. Labadaların içerisine iç harçtan azar azar koyup rulo şeklinde sarılır. Tencereye dizilir. Üzerine sıcak su ekleyip kısık ateşte pişirilir.

