



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEZGİTLİ PAZI SARMA

4 adet iri mezgit balığı
4 adet kuru soğan
2 yemek kaşığı kuş üzümü
1 demet pazı
6 yemek kaşığı yoğurt
2 yemek kaşığı mayonez
4 yemek kaşığı sıvı yağ
Karabiber
Tuz

Üzümleri ılık suda bekletin.

Pazı yapraklarını kaynayan suya batırıp çıkarın. Süzdükten sonra saplarını kesin.

Kılıçıkları çıkarılmış mezgitleri küçük küçük doğrayın. Tencereye koyup, yarım bardak suyla 5 dakika haşlayın.

Küp küp doğradığınız soğanları karabiber ve tuzla ovun. Sıvı yağ, üzüm ve balıkları da ekledikten sonra dolma içiniz hazır demektir.

Pazı yapraklarının damarlı kısımlarını ezin. Balıklı harçtan bir parça koyup sarın. Tencereye, önce pazı yapraklarını, sonra dolmaları koyun. Üzerini küçük bir tabakla kapatın. 1 bardak su ilave edip 20 dakika pişirin. Yemeği, yoğurtlu mayonezle servis yapabilirsiniz.

