



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NAZENDE

4-5 kişilik

200 gram asma yaprağı

İçerik için:

Yarım kg yağsız ve ince kıyılmış kuşbaşı koyun eti

1 fincan pirinç

1 adet iri domates

1 adet küçük soğan

Yarımşar demet maydanoz, dereotu, nane

50 gram ceviz içi

1'er çay kaşığı tuz Karabiber, yenibahar (isteğe bağlı)

1 çorba kaşığı margarin

Sosu için:

Yarım çay bardağı tahin

1 çay kaşığı tuz

karabiber

Limon suyu (isteğe bağlı olarak az veya çok olabilir)

1 baş sarımsak

Biraz sıvı yağ

Asma yapraklarını az suda kısa bir süre haşlayın. Eti yağda, suyunu çekene dek kavurun. İçine ince doğranmış soğan ve ince dövülmüş ceviz ekleyin. Bir süre daha kavurun. Ateşten alın. Soğumaya bırakın. Soğuyan malzemenin içine pirinç, ince doğranmış maydanoz, dereotu, nane, tuz, karabiber ve yenibaharı ekleyin. Karıştırın. Domatesin kabuklarını soyarak, çekirdeklerini çıkartın. Küçük küçük doğrayın. Diğer malzemelere ekleyin. Asma yapraklarına hazırladığınız bu içi doldurun. Sarmaları dibine asma yaprakları döşenmiş genişçe bir tencereye yerleştirin. Sık şekilde dizin. Yapraklarla sarmaların üzerini örtün. Üzerine bir tabak bastırın. Üzerine çıkacak kadar su koyun. Çok kısık ateşte pişirin. Sosu için tahini bir tencereye alın. Üzerine tuz ve karabiber ekleyin. Bol limon suyu ile iyice çırpın. Biraz sıvı yağ ile kıvamını açın. Dövülmüş sarımsakları ilave edin. Pişen sarmaları hemen bir tepsiye ters çevirin. Sıcakken üzerine sosunu dökün. Kapağını kapatın. Temiz bir bezle üzerini örtün. Soğuyana dek demlendirin. Servis yapın.