



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

PANCAR SARMASI (MALATYA)

Malatya İl Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

Pancar yaprağından olur. Pancar yaprağı suda haşlanır. Sudan çıkartılır, suyu çekilir. Tuz ve suyla yoğrulan hamur, haşlanan pancar yaprağının arasına ufak ufak küçük parçalar halinde konur ve yaprak kapatılır. Yaprak sarması gibi kazana dizilir, içine su konulur ve kaynatılır. Suyu çektikten sonra eritilen yağ bu sarma üzerine dökülür. İstenirse yoğurt (sarımsaklı da olabilir) dökülerek de yenir.

