



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PULNENİ LİSTA TSVEKLO

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

30 adet kaldıncya da pazı yaprağı
10 çorba kaşığı mısır unu
5 çorba kaşığı beyaz un
1 adet yumurta
1 su bardağı süt
1 çorba kaşığı domates salçası
1 adet orta boy soğan
Yarım su bardağı sıvıyağ (tercihen zeytinyağı veya ayçiçeği yağı)
Tuz
Üzerine gezdirmek için:
2 su bardağı yoğurt
1 diş dövülmüş sarımsak
Tuz
Yarım su bardağı sıvıyağ (tercihen zeytinyağı veya ayçiçeği yağı)

Pazı yapraklarını sıcak suda öldürün. Sarma içi hazırlamak için bir kap içinde mısır ununu, beyaz unu, sütü ve yumurtayı bir miktar suyla karıştırıp zor sarılacak kadar yumuşak kıvama getirin. (Bu, mısır unu şişeceği için gereklidir.) Hazırladığınız içi aynen asma yaprağı sarması yapar gibi sarın, sarmaları bitişik olarak tencereye yerleştirin. Bir tavada soğanı sıvıyağla hafif pembeleşinceye kadar kavurun, salçayı ekleyerek kokusu çıkıncaya kadar çevirin. Bu karışımı sarmanın üzerine dökün ve pişirmek için su ve tuz ekleyin. Dolmalar sularını çekip şiştiklerinde ocağı söndürün. (Bu yaklaşık 20-25 dakika sürer.) Ardından sarmaları bir tepsiye ters çevirin; üzerlerine sarımsaklı yoğurdu gezdirip servis yapın.

