



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SARMA (KARAMAN)

İsmail Hakkı Güleç

Bulgur, kıyma, biber, domates, maydanoz, nane, fesleğen, koyup karıştırılır.

Asma yaprağına sarılır.

Tencereye dizilir. Yağı suyu dökülüp pişirilir.