



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞAN SARMASI

6 adet iri kuru soğan

İçi için:

300 gr orta yağlı kıyma

1 adet kuru soğan

1,5 su bardağı pirinç

1 çay bardağı ayçiçek yağı

1 çay bardağı su

Yarım çorba kaşığı biber salçası

Yarım demet maydanoz

Yarım demet dereotu

1 çorba kaşığı kuru nane

1 tatlı kaşığı karabiber

1,5 tatlı kaşığı tuz

Üzeri için:

1 çorba kaşığı domates salçası

Yarım çay bardağı ayçiçek yağı

2 su bardağı su

Yarım tatlı kaşığı tuz

İlk işlem olarak soğanlar soyulur. Boyuna, yarısına kadar kesik atılır.

Tencereye 3 su bardağı kadar su konur, az tuz eklenir. Kaynayınca soğanlar atılır. Yarım yumuşayana kadar haşlanır. (Soğanlar 2 etapta haşlanabilir.)

Bu arada soğan, maydanoz ve dereotu ince kıyılır. Çukur bir kaba aktarılır.

Üzerine yıkanmış pirinç, biber salçası, kıyma, kuru nane, karabiber, ayçiçek yağı, su ve tuz eklenir. Pirinçler kırılmayacak şekilde karıştırılır.

Haşlanmış soğanlar kat kat ayrılır. Büyük olanlar ikiye bölünebilir.

Soğan katının uç kısmına 1 tatlı kaşığı kadar iç konur. Bombesinden faydalanarak sarılır. Tencereye sıralanır. (3 sıra sarma üst üste konabilir.)

Soğanın haşlandığı su 2 su bardağına tamamlanır. Üzerine salça, sıvıyağ ve tuz eklenir, karıştırılır. Sarmaların üzerine gezdirilir. Kapak kapatılır.

Tencere önce orta ateşe yerleştirilir. Kaynayınca ateş kısılır. 20 dakika daha pişirilir.

Sıcak olarak sevisse sunulur.

Not: Soğanın sarılamayacak kadar orta küçük kısımları da sarmaların yanına konabilir ya da başka yemeklerin yapımında kullanılabilir.



ML® Soğan Sarması (görsel)

Sevgiler...

