



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TOKAT SARMA

Malzeme:

750 gr yağsız dana kıyma
100 gr Bizim Mutfak Köftelik Bulgur
250 gr asma yaprağı
2 çorba kaşığı domates salçası
3 adet soğan
10 dal maydanoz
10 dal dereotu
4 çorba kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
Tuz, karabiber

Asma yaprakları salamura ise ılık suda bekleterek fazla tuzundan arındırın. İç malzemesi için soğanları soyup kıyın. Kıyma, bulgur, salça, tuz, karabiber, kıyılmış dereotu ile maydanoz, bulgur ve 2 çorba kaşığı zeytinyağını ekleyin. İyice yoğurun. Hazırladığınız iç malzemeyi tuzu alınmış asma yaprağına veya taze asma yapraklarına paylaştırın. Sarıp tencereye dizin. Üzeri için kalan zeytinyağında kavrulmuş yarım çorba kaşığı salça ve rendelenmiş 1 adet domatesi sos kıvamına gelene dek pişirin. Hazırladığınız bu sosu sarmaların üzerine gezdirin. En üste ısıya dayanıklı bir porselen tabak yerleştirin. Çok kısık ateşte pişirin. Sıcak servis yapın.