



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## TULUM PEYNİRLİ KAPYA SARMA (İZMİR)

10 adet kapyalı biber  
250 gr izmir tulum peyniri  
200gr ceviz  
1 demet maydanoz  
1 demet dereotu  
1 ay kaşığı kimyon  
1 ay kaşığı karabiber  
1 tutam taze fesleýen  
1 tutam biberiye  
1 kahve fincanı susam  
2 yemek kaşığı margarin

Cevizlerinizi mutfak robotunuzdan geçirin. Tulum peynirinizi rendeleyip cevizlerle baharatlarla iyice karıştırın, margarin, ince doğradığınız dereotu, maydanoz, taze fesleğenleri de ekleyip güzelce karıştırın. Kapyalı biberlerinizi fırında veya ızgarada közleyin, zarların soyup çekirdeklerini alın. Uzunlamasına ikiye kestiğiniz biberlerin içine peynirli karışımdan koyarak güzelce sarın ve kavrulmuş susam serperek servis yapın.