



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPRAK SARMASI (ŞANLIURFA)

250 gr yeşil soğan
1 demet maydanoz
1/2 kg parça et, (koyun veya kuzu)
300 gr pilavlık bulgur
3 çorba kaşığı isot
2,5 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı tarçın
2 çorba kaşığı domates salçası
2 adet limon
400 gr asma yaprağı
2 çorba kaşığı sadeyağ

Soğan ve maydanoz incecik doğranır. Etler sarmanın içine sığacak şekilde 5-6 santim uzunluğunda ve ince doğranır. Doğranmış et, soğan, maydanoz, bulgur, isot, tuz, tarçın, salça, ekşi ve 1 su bardağı su bir kaba konularak karışım yapılır. Kaşıkla karıştırılsa yine olur. Karışımından alınarak yaprağın içerisine yayılır. Etler uzunca yatırılır. Yaprağın iki yanı içine katlanarak sigara böreği gibi sarılır. Sarılan yapraklar tencerenin içine yatay olarak dizilir. Tencerenin dibi yapışmasın diye yanmaz yağlı kâğıt koymak, yırtık yapraklardan birkaç kat alta dizmek gibi değişik metotlar uygulanır. Biz 100-150 gr kuyruk yağını ince tabaka halinde keserek tencerenin dibine dizmeyi öneriyoruz. Yağsız et yiyenler sarmanın içine konulacak parça eti tamamen yağsız alırlar ve tencerenin dibine de kuyruk sererek hem yanmasını önlemiş, hem de yemeğin gerçek lezzetine ulaşmış olurlar. Tencereye dizilen sarmaların üzerine 2 kaşık sadeyağ ve sarmaların üzerine çıkacak kadar (takriben 5 su bardağı) su ilave edilir. Dödüklü tencerede pişirilecek ise 4 su bardağı su yeterli olur. Sarmaların üstünü kaplayacak şekilde yaprak taşları dizilir. 50-55 dakika pişirilerek sıcak veya soğuk servis yapılır. Şıkbaharda taze yaprak sarması ile peynirli helva çoğunlukla beraber ikram edilir.

Not: Urfa'da sarma denince üzüm yaprağından yapılan bulgurlu, ekşili, etli yaprak sarması akla gelir. Ekşi olarak kullanılan limon suyu yerine bu ekşiliği karşılayacak miktarda nar pekmezi, limon tuzu, koruk suyu, sumak ekşisi gibi herhangi bir ekşi kullanılabilir.