



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL MERCİMEKLİ PAZI SARMASI

Malzemeler:

- 1 büyük demet pazı
- 1 su bardağı yeşil mercimek (haşlanmış)
- Yarım su bardağı pilavlık bulgur
- 10-15 dal maydanoz
- 1 çorba kaşığı kuru nane
- 1 çorba kaşığı salça
- 3 çorba kaşığı çiçek yağı
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz

Hazırlanışı:

Pazının sapları kesilir, yaprakları kaynar suda 1 dakika bekletilir, alınır. Zeytinyağı ve salça hariç tüm malzeme karıştırılır. Pazı yaprağının damarlı kısmına yeteri kadar iç konur. Yaprığın önce sağ ve solu kapatılır sonra yukarıdan aşağıya sarılır, tencereye dizilir. Sarma işlemi tamamlanınca salça, zeytinyağı ve 1,5 su bardağı pazının haşlandığı su karıştırılır, sarmaların üzerine gezdirilir. Yemek önce 10 dakika orta ateşte sonra, 20 kısık ateşte pişirilir.

[ML® Pazı Sarması için tıklayın](#)