



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU ETLİ PAZI SARMA

<http://www.ebruomurcali.com.tr>

1 kg. pazı
Harcı için:
300 gr. kıyma
1 su bardağı pirinç
1 çay bardağı zeytinyağı
2 adet domates
1 su bardağı kıyılmış maydanoz
Yarım su bardağı kıyılmış taze nane
1 çorba kaşığı domates salçası
2 adet kuru soğan
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çorba kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı kırmızı biber
Tuz
Terbiyesi için:
1 su bardağı yoğurt
1 adet yumurta
1 çorba kaşığı un

Pazıların saplarını kesin ve tencerenin dibine döşeyin. Yapraklarını 15 dakika kaynatın ve suyunu süzün. Kıyılmış soğan, yeşillikler, rendelenmiş domates, salça, baharat ve tüm malzemeyi karıştırarak yoğurun. Yaprakların ortasına harcı paylaşın, parmak şeklinde sarın. Sarmaları tencereye dizin. Üzerine porselen tabağı ters çevirerek kapatın. Üzerine çıkacak kadar su koyarak yarım saat pişirin. 1 su bardağı su ile terbiye malzemelerini çirpin. Sarmanın suyundan alarak terbiyeyi ısıtın ve tekrar tencereye boşaltın. Yarım saat daha pişirdikten sonra altını kapatın. Yemeğinizi 20 dakika dinlendirin ve servis yapın.

