



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI PANCAR SARMASI (ORDU)

Pancar 500 gram
Bulgur ya da piriç 200 gram
Kuru soğan 1 adet
Maydanoz Yarım demet
Salça 15 gram
Sarımşak 1 diş
Zeytinyağı 75 mililitre
Pul biber 3 gram
Karabiber 2 gram
Tuz 10 gram

Pancarların sapı yapraklarından ayrılarak yıkanıp temizlenir.

Pancar yaprakları uygun bir tencerede kaynamakta olan suyun içerisine atılıp yaklaşık on dakika damar kısımları yumuşayana kadar haşlanır ve haşlama işleminden sonra soğuk suda bekletilir.

İç harcı için ince kıyılmış soğan, yağda salça ve sarımşak ile pembeleşene kadar kavrulur. Bulgur ya da piriç eklenerek karıştırılır.

Ardından ince kıyılmış maydanoz, karabiber, pul biber ve tuz ilave edilerek tekrar karıştırılır. En son suyu ilave edilip suyu çekene kadar pişirilir ve dinlendirilir.

Haşlanarak soğuk suya atılan pancarlar süzülüp damar kısımları ayıklanır.

Pancarların içerisine hazırlanmış içten konularak parmak kalınlığında sıkı sıkı sarılır.

Sarılan pancarlar uygun bir tencereye alınıp sarmaların üzerini kapatacak kadar sıcak su eklenir. Üstüne zeytinyağı ve tuz gezdirilir.

Dağılmadan pişmesi amacıyla sarmaların üstüne düz tabak yerleştirilir.

Yaklaşık otuz dakika kısık ateşte pişirilen zeytinyağlı yaprak sarması tercihe göre sıcak veya soğuk servise hazırlanır.

Not: Yörede karapancar veya karalahana sarması adıyla da bilinen zeytinyağlı pancar sarması genellikle yöre halkı tarafından evde günlük olarak tüketilmektedir. Ordu zeytinyağlı pancar sarması yemeği, Ordu Büyükşehir Belediyesi tarafından 26.07.2023 tarihinde tescil ettirilmiş coğrafi işaretli bir üründür.



8