



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

KURU BAKLALI YAPRAK SARMASI



75-80 adet taze asma yaprağı
1 su bardağı kuru bakla
1 su bardağı aşurelik buğday
2 adet kuru soğan
2 adet domates
8-10 dal taze nane
15-20 dal maydanoz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay bardağı zeytinyağı
Üzeri için:
2 su bardağı sıcak su
1 çorba kaşığı biber salçası
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz

- # Bir gece önceden bakla ve yarma yıkanır. Birlikte tencereye konur, üzerini 1,5 parmak geçecek kadar su konur.
- # Ertesi günü aynı suyla ateşe yerleştirilir. Üzerine çıkan köpükler alınır ve suyu tamamen çekene kadar pişirilir.
- # Taze yapraklar yıkanır, kaynamakta olan suya atılır, sararana kadar haşlanır.
- # Başka bir tencereye zeytinyağı konur, ısınınca ince doğranmış soğan atılır ve pembeleştirilir.
- # Üzerine haşlanmış bakla ve yarma ayılır, 4-5 dakika kavrulur. Sonra tuz ve ince doğranmış domates katılır.
- # Domates şekli kaybedince karabiber, ince doğranmış nane ve maydanoz eklenir, karıştırılır, ocak söndürülür, kapak kapatılır. 10 dakika dinlendirilir.
- # Asma yaprağının damarlı kısmı üste gelecek şekilde düz bir табаğa yerleştirilir
- # Geniş kenarına iç konur. Yaprığın sağından ve solundan katlanır, daha sonra rulo yapılarak sarılır.
- # Sarmaların uç kısımlara alta gelecek şekilde tencereye yerleştirilir.
- # Çukur bir kaba sıcak su, salça, tuz ve yağ konur, iyice karıştırılır. Sarmaların üzerine gezdirilir.
- # Tencerenin kapağı kapatılır, hızlı ateşe yerleştirilir. Kaynamaya başlayınca ateş kısılır, 25-30 dakika pişirilir.
- # Ateşten aldıktan sonra tencerenin içinde 1 saat bekletilir ve ılık olarak servise sunulur.

Not: Bu tarifte yarma yerine pilavlık bulgur da kullanılabilir.