



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazi Lezzətlər© Azərəcə Yemək Tərifləri

Zeytunyağlı Yarpaq Sarması

Zeytunyağlı Yarpaq Sarması



Təxminən 80 ədəd şoraba yarpağı
2,5 Stəkan düyü
1 Stəkan zeytunyağı
4 Ədəd baş soğan
1 Yemək qaşığı şam fıstığı
1,5 Yemək qaşığı quş üzümü
1 Dəst cəfəri
Yarım dəst dərə otu
1,5 Şorba qaşığı quru nanə
1 Çay qaşığı bibər tamatı
1 Çay qaşığı qara bibər
2 Çay qaşığı duz

- # Şoraba yarpaqları axşamdan suda isladılır. Ertəsi günü xaşlamağa ehtiyac qalmaz
- # Bir qazana zeytunyağı qoyulur, quş üzümü və şam fıstığı qovrulur, ayrı bir boşqaba çıxardılar.
- # Eyni yağa doğranmış baş soğan əlavə edilir, orta atəşdə çəhraylaşana qədər bişirilir.
- # Soğanın üzərinə düyü qatılır, birlikdə bir az qovrulduqdan sonra üzərinə 2,5 stəkan su tökülür. Qazanın qapağı örtülü olaraq 5 dəqiqə bişirilir.
- # Qazanın qapağı açılır üzərinə bibər tamatı, qara bibər, əvvəlcədən qovrulmuş quş üzümü, şam fıstığı, incə doğranmış cəfəri, dərə otu, quru nanə və duz atılır, azca düyülər qırılmayacaq şəkildə qarışdırılır, ocaq söndürülür, qazanın qapağı örtülü olaraq 10 dəqiqə dinləndirilir.
- # Şoraba yarpağığın damarlı qismi üstə gətirilər, saplı enli qisminə, uzunnamasına kifayət miqdarda iç qoyular, əvvəlvə üst tərəfi, sonra yanları bağlanar və rulo şəklində yumrulunar, uc qismi altta qalacaq şəkildə qazana düzülür.
- # Bütün yarpaqlar eyni şəkildə sarılır, qazana düzülür.
- # Böyük ocağa qoyular, ən batıq səviyyə ayarlanar, susuz və qazan qapağı örtülü olaraq 15 dəqiqə bişirilir, sonra 1,5 stəkan isti su qoyular, 30 dəqiqə daha bişirilir.
- # Ocaq söndürüldükdən sonra buxarın oturması gözlənər, sonra ilıq ya da soyuq olaraq limon dilimləri bərabərliyində xidmət olunar.

Nor: Bu tərif eyni ölçülərdə təzə yarpaqla da hazırlana bilər. Təzə yarpaqlar sarmadan əvvəl qaynar suda qısa vaxt tutub, soyuq sudan keçirmək kifayət edər.