



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Gefüllte Runkelrübenblätter

Pazı Sarması



2 kg Runkelrübe
6 EL Öl
4 Zwiebel
2 Kaffeetassen Reis
250 g Hackfleisch
7-8 Dill
1 KL Salz
1 TL Pfeffer
7-8 Petersilienzweige
2 Gläser Fleischbrühe

- # Die Stiele der Runkelrübe abschneiden und in reichlich kochendem Wasser 1 Minute abkochen und abkühlen.
- # Die Runkelrübe in der Mitte in Zwei teilen und von dem Stilansatz bis zu der Spitze den Aderstrang entfernen und der Breite nach nochmals teilen.
- # In einen Topf die Hälfte des Öls (3 EL) geben und die grob geschnittenen Zwiebel andünsten, dazu Hackfleisch, Salz, Pfeffer geben ein wenig köcheln lassen, dann Reis hinzufügen und ein Glas Wasser eingießen.
- # Wenn die Zutaten halbdurch sind dann fein gehackten Dill und Petersilie einstreuen und dann vom Herd nehmen.
- # Wenn die Füllung abgekühlt ist halbe walnußgroße Teile entnehmen und in die Mitte des Runkelrübeblatts legen und wie Weinblätter die Seiten nach innen einschlagen und zusammenrollen und in den Topf einreihen.
- # Nachdem alle Blätter zusammengerollt sind, den Restöl (3 EL) und 2 Gläser Fleischbrühe über die gefüllten Runkelrübenblätter gießen.
- # Auf mittlerer Hitze 45 Minuten kochen.
- # Warm servieren.

Tipp: Die gefüllten Runkelrübenblätter können dicker zusammengerollt werden wie die Weinblätter.