



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

## ASMA YAPRAĞINDA SALDALYA



40 adet ayıklanmış sardalya  
40 adet taze asma yaprağı  
Terbiyesi için:  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1 adet limon  
1 tatlı kaşığı tuz  
Yarım tatlı kaşığı karabiber

- # Sardalyalar çukur bir kaba aktarılır, diğeryanda limon suyu, zeytinyağı ve tuz iyice çırpılır, sardalyaların üzerine bırakılır ve karıştırılır.
- # Sardalyalar bu şekilde buzdolabının alt rafında en az yarım saat dinlendirilir.
- # Asma yapraklarının sapları alını, damarlı kısmı zte gelecek şekilde tezgaha konur, geniş kısmına 1 adet sardalya yerleştirilir, kenarlarını bükmeden rulo yapılır.
- # Yağlanmış fırın kabına dizilir. zerine kalan zeytinyağlı karışım gezdirilir.
- # Sardalyalar, önceden ısıtılmış 180 derece fırına verilir, yaklaşık yarım saat kadar pişirilir. (Yapraklarının renginin dönmesinden de pişitiğı anlaşılabılır.)
- # Yapraklarıyla birlikte servise sunulur. Yaprakından çıkarılarak yenir.

Not: Çanakkale'ye ait olan bu tarif, çok körpe olmayan taze asma yaprağından yapılacağı gibi, salamura yaprakla da hazırlanabilir.