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

MERCİMEKLİ SARMA



1 su bardağı kırmızı mercimek
Yarım su bardağı pilavlık bulgur
1 adet iri kuru soğan
2 çay bardağı ayçiçek yağı
1 çorba kaşığı salça
10 – 15 dal taze nane
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
Yarım tatlı kaşığı karabiber
Yarım tatlı kaşığı tuz
3 su bardağı su
2 su bardağı et suyu
100 adet orta büyüklükte salamura asma yaprağı

İlk işlem olarak salamura asma yaprakları bol suya ıslatılır.
İnce kıyılmış kuru soğan, 1,5 çay bardağı ayçiçek yağında şeffaflaşana kadar kavrulur, üzerine salça, karabiber, kırmızı pul biber, tuz, yıkanmış bulgur ve mercimek eklenir, 5 dakika kadar kavrulur.
Üzerine 3 su bardağı su eklenir. Tencerenin kapağı kapatılır, orta ateşte yaklaşık 20 dakika malzeme suyunu çekene kadar pişirilir.
Salamura asma yaprakları, bol suda yıkanarak süzgece çıkarılır. Yaprağın damarlı kısmı içe gelecek şekilde, geniş tarafına yeteri kadar mercimekli iç konur. Üstten ve iki kenardan katlandıktan sonra sıkıca sarılır.
Sarmalar tencereye sıkı sıkı dizilir, üzerine kalan yarım çay bardağı ayçiçek yağı gezdirilir, orta ateşte birkaç dakika piştikten sonra, et suyu eklenir, tencerenin kapağı kapalı olarak kısık ateşte yarım saat pişirilir.
Soğuk olarak servis yapılır.

Not: Mercimekli sarma Tekirdağ ve çevresinde bilinen bir yemektir.

© ml.md (Türkçe) Tarif no: 900 | Adı: Mercimekli Sarma | İndirme tarihi: 29.03.2024 - 14:46