

# Amasya Baklalı Dolma

Toplam 105 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 55 dk

6 kişilik

Zor

~330 kcal

Baklalı dolma, asma yaprağı, kırmızı bakla, bulgur, soğan ve naneli harçla sarımsaklı dengeli pişiren Amasya geleneğidir.

## Malzemeler

- 60 adet Asma yaprağı
- 1.5 su bardağı Kırmızı bakla
- 0.8 su bardağı İnce bulgur
- 2 adet Soğan
- 1 yemek kaşığı Domates salçası
- 1 tatlı kaşığı Kuru nane
- 1 su bardağı Yoğurt
- 3 yemek kaşığı Limon suyu

## Yapılışı

1. Kırmızı baklayı bir gece 1 saat ıslatın.
2. Asma yapraklarını tuzuna göre sıcak suda bekletip durulayın.
3. Soğan, bakla, bulgur, salça ve naneyi karıştırarak hazırlayın.
4. Yapraklara ince harç koyup sıkılmayan rulolar sarın.
5. Dolmaları tencereye dizip sıcak su ve limon suyu ekleyin.
6. Kısık ateşte 50-55 dakika yapraklar yumuşayana kadar pişirin.

### PÜF NOKTASI

Baklayı önceden 1 saat ıslatmak harçla yaprakla aynı sürede pişmesini sağlar.

### SERVİS ÖNERİSİ

Limon, yoğurt ve taze nane ile 110 kcal.

## Alerjenler

Gluten

Süt