



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ MARUL SARMASI (EDİRNE)

Malzemeler: 4 kişilik

1 demet dereotu

1 demet maydanoz

1 marul

100 gr baldo pirinci

1 domates

1 soğan

250 gr kıyma

2 çorba kaşığı zeytinyağı

Tuz, karabiber, kimyon

Hazırlanışı:

Marul yapraklarını tek tek ayırıp yıkayın. Kaynar suda 1 dakika kadar haşlayıp buzlu suyun içine atın. 5 dakika bekletip süzün. Soğan ve domatesi temizleyip rendeleyin. Maydanozu ve dereotunu temizleyip kıyın. Geniş bir kapta kıyma, domates, soğan, pirinç, maydanoz, tuz ve baharatı karıştırın. Marul yapraklarının ortasına kıymalı karışımdan yerleştirin. Yaprak sarması gibi sarın. Sarmaları tencereye dizin. Üzerlerine zeytinyağını gezdirerek dökün. 1 su bardağı kadar su ilave edin. Porselen bir tabakla sarmaların üzerini kapatın. Tencerenin de kapağını kapatıp kısık ateşte 30 dakika pişirin. Servis tabağına alıp dilerseniz yoğurt ile birlikte servis yapın.