



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FINDIK SARMASI

250 gram asma yaprağı
1 su bardağı fındık
1 su bardağı pirinç
2 adet soğan
Tuz
Karabiber
1 çorba kaşığı nane
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 kahve fincanı sıvıyağ
2 su bardağı su

250 gram asma yaprağını gecedan ıslatın. Yıkayıp, haşlayın. 1 su bardağı dövülmüş fındığı, 1 su bardağı pirinci, 2 adet ince kıyılmış soğanı, tuzu, karabiberi, 1 çorba kaşığı naneyi, 1 tatlı kaşığı tozşekerini ve 1 kahve fincanı sıvıyağı iyice karıştırın. Yaprakları bu harçla sarın ve tencereye dizin. 1 buçuk su bardağı su koyup, 25 dakika pişirin.