



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FINDIKLI KARALAHANA SARMASI

2 demet haşlanmış karalahana
1 su bardağı kavrulmuş fındık içi
3 soğan
1 çay bardağı mısır yağı
1 çay bardağı pirinç
Yarım demet maydanoz
2-3 arnavutbiberi
1 çay kaşığı karabiber
2 su bardağı sıcak su
Tuz

Soğanları soyup kıyın. Pirinci çok az haşlayıp süzün. Maydanozu temizleyip kıyın. Fındığın bir avuç kadarını ayırıp kalanını bıçakla irice kıyın. Yarım çay bardağı mısır yağın tencerede ısıtıp soğan ve fındığı kavurun. Kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiberi ekleyip karıştırın ve tencereyi ocaktan alın. Bir çay bardağı su ve pirinci ekleyip tekrar karıştırın. Karalahana yapraklarının içine pirinçli harcı paylaştırıp muska şeklinde sarın. Tencereye dizip üzerine arnavutbiberleri, kalan mısır yağı ve 2 su bardağı kaynar suyu ekleyin. Orta ateşte 30 dakika pişirin. Ilık servis yapın.