



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## LOTUS YAPRAĞINDA YUMURTA SARMASI

1 su bardağı pirinç  
250 gr tavuk kuşbaşı  
8-10 adet mantar  
4 adet haşlanmış yumurta sarısı  
Lotus yaprakları

Pirinç lapa gibi olana kadar haşlanır. Tavuk eti arzuya göre az haşlanabilir. 4 adet lotus yaprağına malzeme şöyle sıralanır. Önce pirinç, üzerine ince kıyılmış mantar, tavuk eti ve yumurta sarısı konur. Sonra kenarları kapatılır ve rulo yapılır. Buharda 8 dakika pişirilir. Yapraktan alınır ve servis yapılır.