



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ACELE YAPRAK SARMASI

200 gram asma yaprağı

250 gram kıyma

1 çorba kaşığı salça

1 su bardağı ince bulgur

1 çay bardağı zeytinyağı

Tuz, karabiber, kırmızıbiber, kimyon, dereotu ve maydanoz

Sosu için:

3 diş sarımsak

1 kase yoğurt

Asma yapraklarını 3 dakika haşladıktan sonra sularını iyice süzün. İç malzemesi için bir kabın içinde kıyma, salça, ince bulgur, zeytinyağı, tuz, baharatlar, ince kıyılmış dereotu ve maydanozu iyice karıştırın. Yaprakların içine bu hazırladığınız içten, 1 tatlı kaşığı kadar koyup yaprakları küçük küçük sarın. Dolmaları tencereye dizip, 2 su bardağı su kattıktan sonra üstünü porselen tabakla kapatıp, 20 dakika pişirin. Dolmalar piştikten sonra servis tabağına aktarıp üzerine sarımsaklı yoğurdu gezdirin ve sıcak servis yapın.

