



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ASMA YAPRAĞINA SARILI TAZE ENGİNAR DOLMASI

THY Skylife

Zeytinyağlı dolma içi malzemesi:  
500 gr ince doğranmış kuru soğan  
150 gr pirinç  
1/2 su bardağı zeytinyağ  
20 gr çam fıstık  
15 gr kuş üzümü  
1 yemek kaşığı tuz  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı toz tarçın  
1 çay kaşığı kimyon  
1 çay kaşığı yeni bahar  
1 çay kaşığı kuru nane  
1/4 demet ince kıyılmış maydanoz  
1/4 demet ince kıyılmış dereotu

Malzemesi:

4 adet taze enginar (soyulmuş)  
8 adet tuzu alınmış asma yaprağı  
1 adet ince dilimlenmiş domates  
1 su bardağı zeytinyağ  
1 adet yağlı kağıt  
1 adet limon suyu  
1 yemek kaşığı tuz  
2 su bardağı su

Dolma içinin hazırlanışı:

Tencerede zeytinyağı kızdırılır, çam fıstıkları pembeleşinceye kadar kızartılır. Doğranmış kuru soğan ilave edilip 8 - 10 dakika kavrulur. Pirinçler ıslatılıp süzdürüldükten sonra tencereye katılarak 4 -5 dakika kavrulur. Bütün baharatlar eklenip karıştırılır. 1 su bardağı kaynamış su dökülerek iyice karıştırıldıktan sonra tencerenin kapağı kapatılır. Kısık ateşte suyunu çekinceye kadar bekletilir. Soğuyunca maydanoz ve dereotu ilave edilir.

Dolmanın hazırlanışı:

Temizlenmiş enginarların içine dolma harcından konur ve üzerine dilimlenmiş domatesler yerleştirilir. Tuzu alınmış asma yaprağıyla sarılır. Yağlanmış yağlı kağıda sarılarak fırın tepsisine dizilir. Zeytinyağ, tuz ve su eklenir. 30 dakika fırında pişirilir. Soğuyunca servis edilir.



Fotoğraf "Abbas Y." tarafından gönderildi. 25.09.2016