



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEYPAZARI SARMASI (ANKARA)

2 su bardağı pirinç
2 yemek kaşığı dolmalık fıstık
2 yemek kaşığı kuş üzümü
1 su bardağı zeytinyağı
4-5 adet ortaboy kuru soğan
1 tatlı kaşığı yeni bahar
1 tatlı kaşığı toz beyaz biber
1 tatlı kaşığı tuz
1/2 demet taze nane
1/2 demet maydanoz
1 demet dereotu
2 su bardağı sıcak su

Pirinci ayıklayıp yarım saat kadar suda bekletin. Bol suyla birkaç kez yıkayıp süzün. Soğanları ayıklayıp incecik doğrayın. Kuşüzümlerini ılık suda bekletin.

Zeytinyağını orta boy bir tencerede hafifçe ısıtın. Dolmalık fıstıkları ilave edip 1 dakika kadar kavurun. Soğanları ekleyip karıştırarak yumuşayınca kadar, 8-10 dakika kavurun. Pirinci ilave edip 7-8 dakika daha kavurun.

Taze nane ve dereotunu incecik kıyın

Kuşüzümlerini süzüp yenibahar, beyaz biber, tuz ve sıcak suyla birlikte pirincin olduğu tencereye aktararak karıştırın.

Tencerenin kapağını kapatıp kaynayınca ya kadar pişirdikten sonra ocağın altını kısın ve 15 dakika daha pişirin. Suyunu çeken harcı ocağın altını kapatıp bir tepsiye boşaltarak soğumasını bekleyin.

İncecik kıydığınız taze nane ve dereotunu soğumuş harca ekleyip karıştırın.

Bu iç malzeme ile patlıcan, biber, domates doldurabilir; lahanaya da asma yaprağını sarabilirsiniz.