



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİĞ YAPRAK SARMA

500 gram asma yaprağı
2 adet soğan
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet kesmeşeker
2 su bardağı pirinç
2 çorba kaşığı kuşüzümü
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
1 çorba kaşığı kuru nane
1 çay kaşığı karabiber
Tuz
2,5 su bardağı su

Asma yapraklarını kaynar tuzlu suda 2-3 dakika haşlayın. Suyunu süzüp kenara alın. İç malzeme için kıyılmış soğanı zeytinyağında soteleyin. Kesmeşeker ekleyip karıştırın. Yıkayıp suyu süzülmüş pirinç, kuşüzümü, dolmalık fıstık, nane, karabiber, tuz ve su ilave edip, suyunu çekene dek pişirin. Ocaktan alıp, ılınmaya bırakın. Yaprakları düz bir zemin üzerine yayın. Ortalarına harcı pay edip, sigara böreği gibi sarın. Ilık veya soğuk olarak servis yapın.

