



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ENGİNAR YAPRAĞI SARMASI

2 adet yapraklı enginar
1 su bardağı pirinç
Yarım demet taze nane
Yarım demet maydanoz
Yarım demet taze soğan
1 adet kuru soğan
1 tatlı kaşığı karabiber
Tuz
1 adet limon
Yarım su bardağı zeytinyağı

Enginar yapraklarını tek tek ayırıyoruz. Pirinçleri yıkayıp içine ince kıyılmış soğan, nane, maydanoz, taze soğan, tuz ve karabiber ilave ediyoruz. Ardından enginar yapraklarının içine pirinçli harçtan koyup tek tek kapatıyoruz ve midye şekli veriyoruz. Bir pilav tenceresine dizip üzerine limon suyu ve zeytinyağını döküyoruz, azar azar su ilavesi ile pişiriyoruz.

