



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ENGİNARLI YAPRAK SARMASI

1/2 kg asma yaprağı  
2 adet enginar çanağı  
1 adet kuru soğan  
250 gr kıyma  
1 çay bardağı pirinç  
1 çay kaşığı kimyon  
1 çay kaşığı pul biber  
1 su bardağı zeytinyağı  
Karabiber  
Tuz

Enginarları ve soğanı doğrayın. Tüm malzemeleri bir kaptaki karıştırarak sarma içi hazırlayın. Yarım saat dinlendirdikten sonra yapraklara sarın. Tencereye dizip 1,5 saat pişirin.