



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ETLİ SARMA VE DOLMA İÇİ

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2006

500 g yağlı koyun döşü kıyması  
5 adet soğan  
1 yemek kaşığı tereyağı  
2 kahve fincanı pirinç  
1 kahve fincanı su  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 tatlı kaşığı karabiber  
10 dal maydanoz  
5 dal dereotu  
5 dal nane ya da kuru nane

Soğanlar çok ince doğranır yada rendelenir.  
Diğer malzemelerle iyice karıştırılır.  
İstenilen dolma ya da sarmada kullanılır.