



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI SALAMURA YAPRAK SARMASI

Salamura asma yaprağı
500 gram orta yağlı kıyma
2 adet soğan
1 bardak pirinç
1,5 çorba kaşığı salça
Bir tutam maydanoz
Bir tutam dereotu
Yarım bardak su
Tuz
Karabiber
Pul biber
Pişirmek için:
4-5 çorba kaşığı sıvı yağ
1 çorba kaşığı salça
Su

Yaprakların üzerine kaynar su dökün. Yapraklarınızı tuzlu ise bir müddet bekletin.

İç harcı için soğanları ince ince kıyın. Yıkayıp süzdüğünüz pirinçleri, ince ince kıydığınız dereotu ile maydanozları ve diğer malzemeleri de ekleyip karıştırın.

Azar azar iç ekleyerek yaprakları sarmaya başlayın. Güzelce tencereye dizin.

Sarma işlemi bitince üzerine sıvı yağınızı dökün. Salçayı sulandırarak üzerine gezdirdikten sonra dolmaların hizasına kadar su ekleyin.

Üzerine bir tabak kapattıktan sonra kapağını da kapatıp orta ateşte pişmeye bırakın ve daha sonra servis edin.