



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ETLİ YAPRAK SARMA

<https://acunn.com>

60-70 adet salamura yaprak (büyüklüğüne göre sayı değişebilir)  
250-300 g orta yağlı kıyma  
1 su bardağı pirinç  
2 adet rendelenmiş domates  
3 orta boy soğan  
½ demet taze nane  
½ demet maydanoz  
1 çorba kaşığı ev biber salçası  
Yarım çay bardağı sıvı yağ  
Karabiber  
Tuz  
Servis için;  
Süzme yoğurt  
Ezilmiş sarımsak  
Tereyağı  
Pul biber (arzuya göre acı)

Yaprağınız salamura ise sıcak suda kaynatıp bekleterek tuzundan arındırın, taze ise kaynattığınız sıcak suya atıp 3-4 dk bekleterek yumuşamasını sağlayın.

Kıymamızı iç hazırlayacağız kaba alalım.

Domateslerimiz rendeleyelim.

Pirinci yıkayıp ekleyelim.

Yemeklik ince doğranmış soğanı, ince kıyılmış yeşilliğimizi, salçamızı, tuz karabiberimiz ve en son yağımızı ekleyelim, elimizle karıştıralım.

Soğumuş yaprakların saplarını keselim.

Tenceremizin dibinde kullanmak üzere ayıralım.

Yapraklarımızı parlak yüzü alta gelecek ve sap kısmı bize bakacak şekilde tabağımıza yerleştirelim.

İçimizi arzu ettiğimiz kadar koyalım ve yayalım.

Önce yaprağımızın bize yakın olan kısmını malzemenin üstüne kapatalım, ardından yan kısımlarını da kapatarak yaprağımız çok sıkı olmamak kaydıyla saralım. (pirinç şişme payı)

Sapları tencere dibine yayalım,sarmalarımızı tenceremize sıralı şekilde dizelim.

Üzerine 2 bardak kadar sıcak suyumuzu ekleyelim.

Bir porselen tabak kapatıp, 25-30 dk pişmeye bırakalım. Yemeğimizi dinlendirelim.

Sos için, süzme yoğurdu su ile yumuşatın,ezilmiş sarımsak ve tuz ekleyin.

Tereyağını ateşte hafif kızdırın ,pulbiber atıp altını kapatın.

Sarmalarınızı tabağınıza alın,yoğurt ve tereyağlı pulbiberle servis yapın.

Not: Bazı tariflerde yaprak sarmasının serçe parmağı inceliğinde sarılması önerilir, ancak bu sarma kalınlığında bolca yaprak yersiniz, biraz dolgun sarma içiyle göz doldurur.



---

© lezzetler.com tarif no:153187 • adı:Etl  Yaprak Sarma • gönderen:Yemekhane • indirme tarihi:28.03.2025 - 10:01