



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMA

350 gram asma yaprağı
1 büyük boy kuru soğan
250 gram dana kıyma
1 su bardağı pirinç
3 çorba kaşığı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı tereyağı
2 tatlı kaşığı domates salçası
2 tatlı kaşığı biber salçası
Tuz
Karabiber
Kırmızı biber

Yaprak salamura ise dolmaları sarmadan önce 3-5 dakika kaynar suda tutun. Eğer yapraklar taze ise bu süreyi biraz daha uzatın.

Soğanı mümkün olduğu kadar ince doğrayın. Yıkamış pirinci, kıymayı, soğanı, 1 tatlı kaşığı biber salçası ve 1 tatlı kaşığı domates salçasını, sıvı yağı, tuz ve karabiberi bir tencere içinde iyice karıştırın. Daha sonra bu karışımı ortalarına yerleştirerek yaprakları sarın.

Sardıığınız dolmaları tencereye düzgün bir şekilde yerleştirin. Kalan biber ve domates salçalarını 3 çorba kaşığı sıvı yağ ve tereyağı karışımında kavurun. İçine tuz, karabiber ve kırmızı biber koyduktan, sonra yarım litre kaynamış su ile birlikte tencereye dizilmiş sarmaların üzerine dökün. Pişme esnasında yaprakların açılmaması için ters çevrilmiş ufak bir tabağı dolmaların üzerine yerleştirin.

Piştirme süresi orta ateşte 40 dakika kadardır. Suyu azalırsa sıcak su ilave edebilirsiniz.

