



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ ASMA YAPRAĞI DOLMASI

1/2 Kg. orta yağlı kıyma
250 Gr. Taze asma yaprağı
3 Çorba kaşığı pirinç
8-10 Dal maydanoz
2 Orta boy soğan
1 Tatlı kaşığı tuz
1/2 Çorba kaşığı salça
1/4 çay kaşığı karabiber

Tencereye 2 su bardağı su ve 1 çay kaşığı tuz koyup kaynatınız, Yaprığı yıkayıp, tencereye koyarak hafif hararetli ısıda 5 dakika pişiriniz.

Dolma içini hazırlayınız. Yaprığın sapını çıkartıp büyükleri ikiye ayırınız. Tüylü kısmı üste gelmek üzere masaya yayınız. Hazırladığınız içten uzunlamasına yeteri kadar koyup kenarlarını kapatarak sarınız, Tencereye muntazam dizip haşlama suyunu üzerine dökünüz. Suyu az gelirse biraz daha ilave ederetk hafif hararetli ısıda yarım saat pişiriniz.

İçinin Hazırlanması:

Kıymayı derin bir kaba koyunuz. İçine ince kıyılmış soğan, maydanoz, pirinç, kabukları çıkartılıp fındık büyüklüğünde doğranmış domates, tuz ve karabiber ilave edip karıştırınız. Domates olmadığı zaman 1/2 çorba kaşığı salçayı bir çay bardağı su ile sulandırıp katınız.

[ML® Etlı Yaprak Sarması için tıklayın](#)