



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMA

200 gram asma yaprağı
400 gram kıyma
2 soğan
1 demet taze nane
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
2 ay bardağı pirinç
2 kesme şeker
2 diş sarımsak
Baharat
Sarımsaklı yoğurt

Rendelediğiniz soğan ve sarımsağın üzerine ince kıyılmış yeşilliği ekleyin. Yıkamış pirinci, kıymayı, baharat ve şekerini de katıp iç harcını hazırlayın. 10 dakika kadar kaynatılıp suyu sıkılmış asma yapraklarının içlerine bölüştürüp küçük küçük sarın. Tencereye dizin, üzerine çok az su ekleyip 25 dakika pişmeye bırakın. Servis tabağına alıp üzerine sarımsaklı yoğurtla sıcak olarak ikram edin.