



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ ÜZÜM YAPRAĞI SARMASI (ANKARA)

Milli Eğitim Bakanlığı

½ kg üzüm yaprağı
½ kg kıyma
1,5 çay bardağı pirinç
2 adet soğan
½ demet maydanoz
1 yemek kaşığı salça
Fındık yağı
Tereyağı
Nane
Tuz

Taze yapraklar ayıklanıp yıkandıktan sonra haşlanır, soğumaya bırakılır (Salamura olanlar ise bir akşam önceden soğuk suda bekletilir, tuzu çıktığında kullanıma hazırdır.)

İç malzeme için pirinçler yıkanır, soğanlar ince ince doğranır, kıyma, maydanoz, nane, tuz ve salçanın yarısı ile harç hazırlanır.

Hazırlanan harç, üzüm yapraklarının içine konarak sarılır.

Tencereye yerleştirilir.

Üzerine salça, yağ, tuz ve sıcak su konularak pişirilir.