



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ YAPRAK DOLMASI

### MALZEMELER

350 gr salamura veya taze asma yaprağı  
1 büyük boy kuru soğan  
250 gr dana kıyma  
1 su bardağı pirinç  
1 çay bardağı + 3 çorba kaşığı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı tereyağı yada margarin  
2 tatlı kaşığı domates salçası

### YAPILIŞI

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 doğrayınız. Yıkamış pirinci, kıymayı, soğanı, 1 tatlı kaşığı biber salçası ve 1 tatlı kaşığı domates salçasını, sıvıyağı, tuz ve karabiberi bir Borcam tencere içinde iyice karıştırın. Daha sonra bu karışımı ortalarına yerleştirerek yapraklarını sarın. Bir Borcam tencereye sardığınız dolmaları düzgün bir şekilde yerleştirin. Kalan biber ve domates salçalarını 3 çorba kaşığı sıvıyağ ve tereyağı karışımında kavurun. İçine tuz, karabiber ve kırmızı biber koyduktan sonra ½ litre kaynamış su ile birlikte tencereye dizilmiş sarmaların üzerine dökün. Pişme esnasında yaprakların açılmaması için ters çevrilmiş ufak bir tabağı dolmaların üzerine koymayı unutmayın. Pişirme süresi orta ateşte 40 dakika kadardır. Suyu azalırca sıcak su ilave edebilirsiniz.

Not: Çırpılmış sade veya sarımsaklı yoğurtla servis edilebilir.