



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMA (KÜTAHYA)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

½ kg kıyma
1 ay bardağı pirinç
1 baş soğan
Tuz
Karabiber
1 adet domates
200 gr yaprak

Kıymanın içine soğan, domates küçük doğranır. Pirinç, tuz, biber, bir miktar su yumuşatacak kadar hepsine karıştırılıp dolma yapmaya vaziyete geçirilir. Yaprakları sıcak su ile haşladıktan sonra yaprağın geniş yerinden başlamak üzere sarmya devam edilir. Hafif ateşte pişirilir. Sunum; üzerine yoğurt konarak servis yapılır.

