



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ YAPRAK SARMASI (GİRESUN)

1 kilogram üzüm yaprağı  
500 gram kıyma  
2 çay bardağı pirinç  
2 adet kuru soğan  
Yarım demet maydanoz  
1 çorba kaşığı salça  
Sıvı yağ  
Nane  
Tuz

Üzüm yapraklarının saplarını koparıp, yıkayın.  
Daha sonra haşlayın ve soğumaya bırakın.  
Eğer salamura yapraklardan yapacaksanız birkaç saat soğuk suda bekletin.  
Bu şekilde tuzunu çıkardıktan sonra kullanabilirsiniz.  
İç harcı için pirinçleri güzelce yıkayın.  
Soğanların kabuğunu soyun ve küp küp doğrayın.  
Maydanozları da ince ince doğrayın.  
Kıyma, maydanoz, nane, tuz, pirinç ve salçanın yarısını bir kaba alın.  
İyice yoğurarak iç harcı hazırlayın.  
Hazırladığınız harcı üzüm yapraklarının içine koyarak sarın.  
Sarmaları tencereye yerleştirin.  
Üzeri için salça, yağ, tuz ve sıcak suyu karıştırın.  
Bu sosu sarmaların üzerinde gezdirip, pişirin.

