



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FASULYE YAPRAĐI SARMASI

1 kilo iri fasulye yaprađı
500 gr yağlı koyun döşü kıyması
5 soğan
1 yemek kaşığı tereyağı
2 kahve fincanı pirinç
1 kahve fincanı su
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
10 dal maydanoz
5 dal dereotu
5 dal nane yada kuru nane
Pişirmek için:
2 su bardađı etsuyu
1 tatlı kaşığı tuz

Soğanlar çok ince doğranır ya da rendelenir. Diğer malzemelerle iyice karıştırılır. Fasulye yaprakları hafif haşlanır ve hazırlanan içle sarılır, tencereye dizilir. Et suyu ve tuzu eklenir. Sarmaların üzerine önce bir tabak kapatılır sonra tencerenin kapağı kapatılarak hafif ateşte 40 dakika kadar pişmeye bırakılır.

Not: Fasulye yaprakları çok taze ise haşlanmayabilir.