



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KIRMIZI MERCİMEKLİ YAPRAK SARMASI

1/2 kg yaprak  
1 su bardağı pirinç  
1 su bardağı bulgur  
1 çay bardağı kırmızı mercimek  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 demet maydanoz  
2 adet kuru soğan  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 tatlı kaşığı kuru nane  
1 tatlı kaşığı pul biber  
1 çay kaşığı karabiber  
Sosu için:  
1 yemek kaşığı domates salçası  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
Sunumu için:  
Yoğurt

İçi için soğanları doğrayın. Pirinç bulgur ve kırmızı mercimeği yıkayın. Ardından ıslanması için suda bekletin. Doğradığınız soğanları ve yağı tencereye koyup kavurun. Üzerine biber ve domates salçasını ekleyin. Karabiber, pul biber, nane ve tuzu da ekleyin. Hepsini birlikte karıştırın. Üzerine 1 su bardağı su ekleyin. Pirinç bulgur ve mercimeği süzdükten sonra onları da ekleyin. Son olarak maydanozu da doğrayıp ekleyin. Hepsini birlikte kavurup ardından soğutun. Soğuduktan sonra yaptığınız iç harcı yaprakların içine koyup sarın. Sardıktan sonra tencereye dizin. Sosu için bir tavaya yağı ve domates salçasını koyarak sos yapın. Sarılan dolmaların üzerine sosu döküp ardından dolmaların yüzüne çıkacak kadar su ekleyip pişirin. Piştikten sonra yoğurt ile birlikte servis edin.

