



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KUSKUSLU YAPRAK DOLMASI (FAS)

18 taze asma yaprağı (kaynar suda 5 dakika haşlandıktan sonra, soğuk suya tutulmuş; ya da yıkanmış salamura yaprak)  
175 g kuskus  
500 g mantar (yıkayıp, her biri ince doğranmış)  
2 limonun suyu  
1 küçük soğan (ince doğranmış)  
1 taze soğan (doğranmış)  
1 çorba kaşığı taze nane (kıyılmış; ya da 1 tatlı kaşığı kuru nane)  
30 g iç badem (kavrulup, kıyılmış)  
1 çorba kaşığı natürel zeytinyağı  
1/4 tatlı kaşığı tuz  
bir tutam karabiber (taze çekilmiş)  
50 cl. (2 su bardağı) tuzsuz tavuk (ya da sebze) suyu  
1 limon (dilimlenmiş)

Kuskusu çukur bir kaba koyup, üstüne 30 cl (1 1/4 su bardağı) kaynar su ekleyerek, bir çatalla karıştırdıktan sonra, bir kenarda kuskuslar suyu çekerek şişinceye kadar (yaklaşık 10 dakika) bekletin.

Bu arada, mantarlar, limon suyunun'yanısı, soğanlar, taze soğanlar ve naneyi bir tavaya koyup, üstlerini örtecek kadar su ekleyin. Tavayı harlı ateşe oturtup, karışımı bir taşım kaynattıktan sonra, ateşi iyice kısın ve karışımı bir süzgeçte süzölmeyebırakın. Fırınınızı 200 °C'a ısıtın.

Süzölen mantarlı karışımı bir tencereye aktarıp, kuskuslar, bademler, zeytinyağı, tuz ve karabiberi ekleyerek, hazırladığınız bu harcı iyice karıştırın. Asma yapraklarından birini mutfak tezgâhı üstüne serip, harçtan tepelene bir çorba kaşığı yaprağın üstüne koyun ve yaprağı harcın üstüne sararak dolma haline getirin. İşlemleri kalan yapraklar ve kalan harçla yineleyerek, dolmaları, kat yerleri üste gelecek biçimde bir fırın kabına yerleştirin.

Tavuk suyunu kabın kenarından boşaltarak ekleyip, kalan limon suyunu dolmaların üstüne gezdirin. Üstünü bir alüminyum folyoyla örtüp, kabı fırına vererek, dolmaları 30 dakika pişirin. Kabı fırından alıp, alüminyum folyoyu atın. Dolmaları limon dilimleriyle süsleyip, kabında servis yapın (ya da taze asma yaprakları döşenmiş bir tepsiye dizerek servis yapın).