



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PASTIRMALI YAPRAK SARMASI

250 gr. yaprak
250 gr. bir defa çekilmiş kıyma
3 dilim ince kıyılmış pastırma
1 çay bardağı pirinç
1 çay bardağı bulgur
1 çorba kaşığı dolusu biber domates karışık salça
Yarım demet maydanoz
Tuz
Karabiber
Nane
1 Limon suyu
2 Adet ince kıyılmış soğan

Bir kapta kıyma, pastırma, pirinç, bulgur, salça, maydanoz, soğan, tuz, karabiber ve zeytinyağını karıştırın, yaprakları iyice yıkayın. Sıcak suya batırıp çıkarın, sıkın. Yapraklardan bir tanesini bir tabağa yayın. Hazırladığınız içten bir tatlı kaşığı koyup sarın. Tencerenin dibine etin kemiklerinden dizin. Üzerine hazırladığınız sarmaları koyun. Hepsini bu şekilde hazırlayın. Üzerine porselen bir tabak kapatıp sarmaların üzerini iki parmak geçecek kadar su koyun. Kaynayınca ocağı kısın. Kısık ateşte 30 dakika pişirin. Nane ile limon suyunu karıştırıp üzerine dökün. Sıcak servis yapın.