



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOTELİ SARMA

250 gr kıyma
1 su bardağı pirinç
1 adet kuru soğan
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı salça
2 su bardağı su
100 adet salamura asma yaprağı

Asma yapraklarının tuzunun çıkması için akşamdan bol suya ıslatılır. Ertesi gün su dökülür. Soğan ince kıyılır, tavaya atılır, tereyağı ve tuz eklenir, gevşeyene kadar sotelenir, sonra kıyma katılır rengi değişene dek çevrilir. Salça konur. Karabiber, tuz serpilir. Yıkanmış pirinç eklenir. En son ince kıyılmış maydanoz ve dereotu ilave edilir. Kuru nane bırakılır. Asma yapraklarının damarlı kısmı üste gelecek şekilde tabağa yayılır. Kenarına uzunlamasına iç konur. Sağdan ve soldan katlanır ve rulo yapılır. Tencereye dizilir. Üzerine su gezdirilir. Kapak kapatılır, 45 dakika pişirilir.