



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLÜ SARMA (KASTAMONU)

- 1,5 kg yaprak
- 1 kğ kuzu kıyması
- 2 su bardağı pirinç
- 1 kg kırmızı soğan
- 1 çay bardağı nane
- 2 demet maydanoz
- 1,5 kg süt
- 250 gr margarin
- 2 çay bardağı ay çiçek yağı
- 1/2 çay bardağı su
- 1 tatlı kaşığı kara biber
- 1 1tatlı kaşığı tuz

Yaprakları ayıklayıp yıkadıktan sonra büyük bi tencerede çok pişirmeden haşlayın ayçiçek yağını, kıymayı soğanı suyu, baharatları ve maydanozu hepsini harmanlayıp dolmanın içini hazırlayın ve yaprakları sararak tencereye dizdikten sonra 1 lt su ilave ederek 45 dakika pişirin daha sonra sütü ilave edip 15 dakika daha pişirin yağı kızdırıp üzerine gezdirerek servis edin.