



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAHİNLİ YAPRAK SARMA

250 gr asma yaprağı
3 patates
Yarım demet maydanoz
2 dal taze nane
2 kabak
3 domates
3 soğan
1 çay kaşığı kekik
1 çay kaşığı kimyon
Yarım su bardağı tahin
Yarım su bardağı zeytinyağı
1.5 su bardağı pirinç
Tuz
Karabiber

Asma yapraklarını tuzlu ve limonlu suda yumuşayınca kadar haşlayıp süzün. Patatesleri soyup halka halka dilimleyin. Maydanoz ve naneyi temizleyip kıyın. Kabakları temizleyip rendeleyin. Domatesleri soyup doğrayın. Soğanları soyup kıyın.

Maydanoz, nane, kabak, domates, soğan, kekik, karabiber, kimyon, pirinç, tuz, 1 çay bardağı zeytinyağı ve tahini geniş bir kaba alıp karıştırın. Kısık ateşte karıştırarak hafif pişirin. Hazırladığınız iç malzemeyi yapraklara paylaştırıp sarın.

Tencerenin dibine patates dilimlerini yerleştirin. Üzerine sarmaları dizin. 1.5 bardak su ve kalan zeytinyağını ekleyin. Üzerlerine porselen bir tabak yerleştirin. Tencerenin kapağını kapatıp kısık ateşte pişirin. Soğuyunca servis tabağına alıp servis yapın.

[ML® Tahinli Lahana Sarması için tıklayın](#)