



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE YAPRAK DOLMASI

1 avuç pırınç
1/2 kg koyun kıyması (yağlı)
250 gr taze veya salamura yaprak
1 demet dereotu
1/2 demet taze nane veya bir tutum kuru nane
tuz
karabiber
1 paket margarin (küçük)

Taze yapraklar iyice yıkandıktan sonra bir tencereye koyulup haşlanır. Salamura yaprak aldırılır, tuzu iyice çıkması için bir akşam önceden suya yatırılması gerekir. Başka bir kabın içine bütün malzemeler (yağ hariç) koyulup güzelce yoğrulur. Sonra yaprakların sapları çıkartılıp küçüklüklerine göre sarılır. Sarılmış dolmalar tencereye konmadan önce yapraklardan birkaçı tencerenin dibine dizilip dolmalar bunun üstüne düzenli bir şekilde sıralanır.

Tencereye su konmadan önce dolmaların üstüne bir porselen tabak koyulup üstüne bir fincan su dökülür. Bir paket yağ da su ile birlikte dolmaların içine koyulur. Hafif ateşte biraz kaynatıldıktan sonra dolmaların yüzü kapanacak şekilde su koyulup 45 dakika ağır ateşte pişirilir.