



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAZE YAPRAK SARMASI

½ kg orta yağlı kıyma  
3 corba kasığı pirinc  
2 orta boy soğan  
½ corba kasığı salca  
250 gr. taze asma yaprağı  
8-10 dal maydanoz  
1 tatlı kasığı tuz  
¼ cay kasığı karabiber  
Ici için:  
½ kg. orta yağlı kıyma  
3 corba kasığı pirinc  
2 orta boy soğan  
3 orta boy domates (veya ½ corba kasığı salca)  
8-10 dal maydanoz  
1 tatlı kasığı tuz  
¼ cay kasığı karabiber

- 1) Tencereye 2 su bardağı su ve 1 cay kasığı tuz koyup kaynatınız. Yaprakları yıkayıp, tencereye koyarak hafif hararetili isida 5 dakika pisiriniz.
- 2) Ayri bir kapta, kıymayı derin bir kaba koyunuz. Içine ince kıyılmış soğan, maydanoz, pirinc, kabukları cikartılıp findik buyuklugunde dogranmis domates, tuz ve karabiber ilave edip karistiriniz. (Domates olmadigi zaman ½ corba kasığı salcayı bir cay bardağı su ile sulandırıp katiniz.)
- 3) Yaprakların sapını cikartıp buyukleri ikiye ayiriniz. Tuylu kısmi uste gelmek uzere masaya yayınız. Hazırladiginiz icten uzunlamasına yeteri kadar koyup kenarlarını kapatarak sarınız.
- 4) Tencereye muntazam dizip suyunu uzere dokunuz. Suyu az gelirse biraz daha ilave ederek hafif hararetili isida yarım saat pisiriniz.