



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK SARMA

500 gram kıyma
300 gram taze veya salamura yaprak.
2 soğan
2 avuç pirinç
Bir kaşık margarin
Bir limon
Tuz
Karabiber

Taze yaprakları düzgün demet halinde yıkayın. Tuzlu, limonlu kaynar suda hafifçe haşlayın. Etlı dolma içini hazırlayın. Yaprakların tüylü yüzüne iç malzemesini koyun. Yaprakları içe kıvrıp, incecik sarın. Çelik tencerenize düzgün şekilde dizin. Sarmaların üzerine varsa "yaprak taşı" yoksa, üzerine kapatacak düz bir tabak veya artan yapraklardan bir-iki sıra kapatın. Bir kaşık yağı, sulandırılmış salça veya rendelenmiş domatesi, bir limonun suyunu, bir tatlı kaşığı kuru nane ve birazcık suyla birlikte karıştırın. Bu malzemeyi yaprakların üzerine döküp kapağı kapatın. Uygun alev ayarı yaparak 40-50 dakika pişirdikten sonra ocağı kapatın. Kapağı açmadan 5-10 dakika dinlendirin NOT: Salamura yaprak kullanıyorsanız; yaprağı iyice yıkayın. "Tuzu çıksın" diye sıcak suda yarım saat bekletin. Daha sonra tekrar yıkayıp istediğiniz şekilde kullanın.

