



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK SARMA (ZONGULDAK)

Zonguldak İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

300 gr. Kıyma (koyun ve dana eti karışık)
1.5 su bardağı pirinç
1 adet büyük baş soğan
tuz
karabiber
maydanoz
dereotu
yeteri kadar margarin
2 adet domates ya da 1 çorba kaşığı salça
taze ya da salamura üzüm yaprağı

Soğan, domates (kabukları soyulmuş), dereotu, maydanoz küçük küçük doğranır (kıyılır), içine kıyma,pirinç,tuz, karabiber ve yarım çay bardağı sıvı yağ konur karıştırılır. Elde edilen dolma içi üzüm yaprağına sarılır. Sarılan dolmaları, sarmaların parmak inceliğinde ve küçük olmasına özen gösterilir. Tencereye ya da güvece yerleştirilen sarmaların üzerine harcan suyu ve margarin konularak orta ateşte pişirilir. Pişen sarmaların üzerine sarımsaklı yoğurt, yağda kızdırılan sos (salça, kırmızı biber) gezdirilerek sıcak servis yapılır.

