



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK SARMASI (AFYONKARAHİSAR)

Taze asma yaprağı
300 gram orta yağlı dana kıyma
Yarım demet maydanoz yaprağı
1 çay fincanı çiğköftelik ince bulgur
1 çorba kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı tereyağı
1 kahve fincanı sıvıyağ
1 adet yumurta
Karabiber
Kırmızıbiber
Tuz

Uygun büyüklükte bir tencerede yaprakların üzerini aşacak kadar su ilave ederek yumuşayıncaya kadar haşlayalım. Eğer sarmada kullanacağımız yapraklar salamura yaprak ise birkaç saat önceden ılık suda bekleterek tuzunu salmasını sağlayalım. Hazır olan yaprakları birkaç su durulayalım. Ayrı bir kaba ince çiğköftelik bulguru, kıyılmış maydanozu, domates salçasını ve orta yağlı kıymayı, tuzu, karabiberi, yumurtayı ve sıvıyağı da ekleyip yoğurarak karıştıralım. Yaprakların damarları içe gelecek şekilde serelim. Hazırlamış olduğumuz sarma içinden bir miktar alarak yaprağın ortasına koyalım ve düzgünce saralım. Sarılan yaprakları tencerenin içine yan yana gelecek şekilde ve hiç aralık bırakmaksızın düzgünce dizelim. Dolmaların üst seviyesine kadar sıcak su ilave edelim. Artan 7-8 yaprağı dolmaların üzerine serelim. Tencerenin kapağını kapatarak ağır ateşte pirinçler yumuşayana kadar pişirelim. Ara sıra tencerenin suyunu kontrol ederek azaldı ise yarım bardak su ilave edip ateşten indirelim. Bu arada ayrı bir yerde erittiğimiz bir tatlı kaşığı tereyağına kırmızıbiber ekleyerek bir iki çevirdikten sonra ocaktan indirelim. Kırmızıbiberli tereyağını sarmanın üzerine gezdirelim. Bir süre dinlenmeye aldıktan sonra servis tabağına koyup yoğurt ile birlikte servise sunalım.

[ML® Zeytinyağlı Yaprak Sarması için tıklayın](#)[ML® Etli Yaprak Sarması için tıklayın](#)