



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMASI (KAYSERİ)

Kayseri Ticaret Odası

500 gr yaprak
300 gr kıyma
1 orta boy soğan
2 su bardağı pirinç
Maydanoz
Tuz
Zeytinyağı
1 tatlı kaşığı salça
Baharat kesesi
Üzerine;
1 kase yoğurt,
2 diş sarımsak

Yapraklar salamura ise 1 gün önceden suda tuzunu bırakması için bekletilir. Sertliğine göre yumuşaması için biraz haşlanır.

İçinin hazırlanışı; yağda soğanlar pembeleştirilir ve kıyma ilave edilerek kavrulur. Sonra salçası, pirinci, tuzu, Baharatları ve maydanozu katılarak pişirmeye devam edilir. Hazırlanan bu harç yaprağın sap kısmı koparıldıktan sonra o kısım üzerine konarak üzerine tekrar yapraklar kapatılır ve rulo şeklinde döndürülerek sarılır. Düdüklü tencereye dizilir. Üzerine salçalı su ilave edilir.

Kapağı kapatılıp ocağa alınır. Kısık ateşte 20-25 dk. Pişirilir. Sarımsaklı yoğurt dökülerek servis yapılır.

