



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK SARMASI (MANAV TÜRKLERİ DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

½ kg salamura üzüm yaprağı
1,5 su bardağı pirinç
1 çay bardağı sıvı yağ
1 çay bardağı zeytinyağı
2 adet kuru soğan
1 bağ maydanoz
1 yemek kaşığı domates salçası
1 yemek kaşığı biber salçası
1 adet limon
Baharatlar (Karabiber, kırmızı pul biber, kimyon, nane)
Yeteri miktar tuz
5-6 su bardağı su

Yapraklar, 25-30 dakika sıcak su içerisinde tuzunu bırakıncaya kadar bekletilir, ardından iyice yıkanır ve süzülür.

Bir kabin içerisinde ince doğranmış kuru soğan, sıvı yağ, pirinç, biber ve domates salçası, tuz, ince kıyılmış maydanoz ve baharatlar eklenerek sarma harcı hazırlanır.

Hazırlanan iç harçtan bir miktar alınarak yaprağın geniş kısmına konulur.

Rulo şeklinde iki yanlardan kapatılarak sarılır, bir tencereye dizilir, üzerine zeytinyağı gezdirilir ve limon dilimleri eklenir.

Sarmaların üzerine yeteri kadar sıcak su ilave edilerek kısık ateşte pişirilir.

