



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPRAK SARMASI (MANİSA)

Manisa İl Kültür Müdürlüğü

Malzeme:

Taze yaprak, pirinç, soğan, nane, maydanoz, domates, karabiber, tuz, zeytinyağı.

Yapılışı:

Yaprak bir süre kaynar suda haşlanır. Sudan alınan yaprak ayrı bir kaba alınır ve suyu süzdürülür. Diğer tarafta pirinç rendelenmiş soğan, nane, maydanoz, domates ve zeytinyağı ile karıştırılıp hazırlanan iç, yapraklara yeteri kadar konularak, yaprakların kenarı kapatılıp, şigara böreği gibi sarılır. Hazırlanan içe istenirse kıyma da ilave edilir. Hazırlanan sarmalar tencereye döşenir. Üzerine yağ, limon ve örtecek kadar su doldurulur. Sarmaların dağılmasını önlemek için, üzerini bastırarak şekilde bir tabak örtülür. Kısık ateşte 45-60 dakika pişirilip, soğutulularak servis yapılır.