



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPRAK SARMASI

Millî Eğitim Bakanlığı

500 gram asma yaprağı
2 su bardağı pirinç
4-5 adet kuru soğan
1,5 çay bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
3-4 adet rendelenmiş domates
Tuz

Öncelikle asma yaprakları kaynamış suda renkleri değişinceye kadar haşlanır süzülüp bir kenarda bekletilir. Derin bir tavaya sıvı yağ konulur, üzerine yemeklik doğranmış kuru soğanlar eklenir ve hafif rengi sararınca kadar kavrulur.

Daha sonra içerisine yıkanmış pirinçler ilave edilip kavurmaya devam edilir.

Pirinçler şeffaflaşınca içerisine rendelenmiş domates ilave edilip 1-2 dakika daha kavrulup üzerine arzuya göre tuz ve baharatlar ilave edilir.

Üzerine az miktarda su ilave edilip pirinçler yumuşayınca kadar pişirilir.

Bir kenarda soğumaya bırakılır.

Son olarak dinlenmiş sarma içi alınıp yaprakların üzerine yeterli miktarda konularak sarılır.

Tencereye yerleştirilen yaprak sarmaların üzerine yarım çay bardağı sıvı yağda kızdırılmış 3-4 diş sarımsak bir miktar tuz ilave edilip üzerine 1 limonu dilimleyip yerleştirilir.

Üzeri bir tabak ile kapatılıp yeterli miktarda kaynatılmış su ilave edilip pişmeye bırakılır.

Pişen sarmalar soğuduktan sonra servis edilir.

