



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ YAPRAK SARMA

250 gr kıyma
60-70 adet asma yaprağı
2+3/4 su bardağı pirinç
1 adet soğan
1 adet domates
½ yemek kaşığı domates salçası
1 tatlı kaşığı biber salçası
4 yemek kaşığı sıvıyağ
Tuz
Karabiber

İlk önce salamura yaprakları sıcak suya koyalım.
Tuzunun gitmesi için, sık sık suyunu değıştirelim.
Yıkanmış ve süzölmüş pirinci ve kıymayı bir kaba alalım.
Domateslerin kabuklarını soyarak küp küp doğrayalım.
Tuz, karabiber, nane ve salçayı da ilave edelim.
2 yemek kaşığı sıvıyağ ve yarım yemek kaşığı margarini ekledikten sonra iyice yoğuralım.
Tuzu çıkmış yaprakların içine, kıymalı harcı yerleştirerek tek tek saralım.
Tencereye düzenli bir biçimde dizelim.
Üzerine 2 yemek kaşığı sıvıyağ ve sarmalarla aynı seviyede olacak şekilde sıcak su ekleyin.
Sarmalarınız kaynayınca, ocağın altını kısın.
Piştikten sonra tabağı alıp, yoğurtla servis edebilirsiniz.

