



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPRAK SARMASI

1/2 kg. kıyma
300 gr. taze veya
salamura yaprak
2 soğan / 2 avuç pirinç
1 çorba kaşığı margarin
1 limon /tuz, karabiber
salça

HAZIRLANIŞI:

Taze yaprakları düzgün demet halinde yıkayın. Tuzlu, limonlu kaynar suda hafifçe haşlayın. Etlı dolma içini hazırlayın. Yaprakların tüylü yüzüne iç malzemesini koyun, yaprakları içe kıvrıp incecik sarın. Çelik tencerenize düzgün şekilde dizin. Sarmaların üzerine varsa 'yaprak taşı' yoksa, üzerine kapatacak düz bir tabak veya artan yapraklardan bir-iki sıra kapatın. Bir kaşık yağı, sulandırılmış salça veya rendelenmiş domatesi, bir limonun suyunu, bir tatlı kaşığı kuru nane ve biraz suyla birlikte karıştırın. Bu malzemeyi yaprakların üzerine döküp kapağı kapatın. 40-50 dakika pişirdikten sonra ocağı kapatın. Kapağı açmadan 5-10 dakika dinlendirin. **DİKKAT!** Salamura yaprak kullanacaksanız yaprağı iyice yıkayın. Tuzu çıksın diye sıcak suda yarım saat bekletin. Daha sonra tekrar yıkayıp kullanın.
