



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAPRAK SARMA

300 gram asma yaprağı
2 adet soğan
250 gram kıyma
2 çay bardağı bulgur ya da pirinç
1 çorba kaşığı salça
1 demet taze nane
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
2 diş sarımsak
Baharatlar
Limon suyu
3 çorba kaşığı nar ekşisi

Soğanı ince bir şekilde rendeleyin. Bir kabın içine alın. Üzerine ince pirinç veya bulguru, kıyılmış yeşillikleri ekleyin. Kıyma, salça ve sarımsağı da içine yerleştirip karıştırın. Bu karışıma baharatları ekleyip hazırlayın. 10 dakika kadar kaynatılıp suyu sıkılmış asma yapraklarına yerleştirip küçük küçük sarın. Güvece dizin. Üzerine de çok az su ekleyip 35 dakika pişmeye bırakın. Servis tabağına alıp üzerine nar ekşisi dökün.