



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAPRAK SARMASI

500 gram taze yaprak
2 bardak pirinç
2 orta boy soğan
1 demet nane
1 demet dere otu
1 demet maydanoz
1 çay bardağı zeytinyağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı su

Yaprakları bol suyla haşlıyoruz. Soğan, maydanoz, dereotu ve nane demetlerini ince ince doğruyoruz. Bir kabın içinde biraz tuz ekleyerek elle ovuyoruz. Pirinci yıkayıp yeşilliklere ilave ediyoruz isteğe göre baharatlar, zeytinyağı ve tuzla harmanlıyoruz. Dolma harcımızla yaprakları ince ince sarıyoruz. Daha sonra tencerenin dibine 2 kat yaprak diziyoruz ve üstüne dolmalarımızı diziyoruz. Son olarak yaprağın üzerini porselen bir tabakla kapatıyoruz ve suyu üstüne dökerek pişmeye bırakıyoruz.

