



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KIYMALI YAPRAK SARMASI (DENİZLİ)

500 gram kıyma
1 büyük soğan
1 demet maydanoz
1 su bardağı pirinç
3 yemek kaşığı nane
Kırmızı toz biber
Karabiber
1 su bardağı zeytin yağı
2 yemek kaşığı karışık biber ve domates salçası
Tuz

Kıymalı bir kaba alın ve içine soğanı rendeleyin.
Daha sonra yıkanmış pirinci ve diğer tüm malzemeleri ekleyip iyice yoğurun.
Karışımın bol zeytinyağlı olmasına dikkat edin
Salamura yaprakları birkaç dakika suda kaynatın.
İç harcından alıp tek tek sarın ve tencereye dizin.
Üstüne sarmalar üstte kalacak şekilde su ekleyin ve zeytinyağı gezdirip 1,5 saat kısık ateşte pişirin.
Daha sonra servis edin.

