



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI SARMA

200 gram asma yaprağı
3 adet soğan
1 demet taze nane
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
10 çorba kaşığı pilavlık bulgur ya da pirinç
2 diş sarımsak
1 tutam tarçın, yenibahar
2 çorba kaşığı kuşüzümü
1 çay bardağı zeytinyağı

Soğanı ince bir şekilde rendeleyin. Bir kabın içine alın. Üzerine ince kıyılmış yeşillikleri ekleyin. Bulgur ya da pirinci içine yerleştirip karıştırın. Bu karışıma baharatları ekleyip hazırlayın. 5 dakika kadar kaynatıp suyu sıkılmış asma yapraklarının içlerine tıpkı sarma yapar gibi küçük küçük sarın. Tepsiyeye dizin. Üzerine de su ekleyip 35 dakika pişmeye bırakın. Servis tabağına alın, üzerine limon suyu ve biraz daha zeytinyağı gezdirip ikram edin.

