



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ZEYTİNYAĞLI YAPRAK DOLMA

2 orta boy soğan  
2 yemek kasığı çam fıstığı  
2 yemek kasığı kuzümümü  
1 orta boy havuç  
1/2 su bardağı pirinç  
1 su bardağı zeytinyağı  
2 su bardağı su  
100 gr. yaprak  
1 limon  
4-5 dal maydanoz  
4-5 dal dereotu  
4-5 dal nane  
Yenibahar, Karabiber, Seker, Tuz

Yaprakları sıcak suda 5 dakika bekletin, avuç içiyle iyice sıkıp süzün, tek tek ayırıp, saplarını koparın. Zeytinyağının yarısını bir tencereye alıp kızdırın, üzerine çam fıstığını ekleyin, birkaç dakika kavurun. Soğanları ince kıyıp, çam fıstıklarının üzerine ekleyin. Soğanlar iyice pembelesinceye kadar kavurun, pirinci ekleyip birkaç kez çevirin, üzerine su ve kuzümünü ilave edin. Karabiber, seker, tuz ve yenibaharı ekledikten sonra iyice karıştırın. 5 dakika kadar kaynatın. Tencerenin altını kapadıktan sonra ince kıyılmış maydanoz, dereotu ve naneyi ekleyip, iyice karıştırın. İç alındıktan sonra, yapraklara sarın. Havucu ve limonu dilimleyin. Tencerenin dibine artan yaprakları yerleştirin, üzerine yağlı kâğıt koyun ve havuçları, üstüne dolmaları, üste limonları dizin. En üste bir kapak kapatın, 1,5 su bardağı su ve kalan zeytinyağını üzerinde gezdirip 20 dakika pisirin. Soguduktan sonra servis yapın.

[ML® Ankara Dolması \(görsel\)](#)

