



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ZEYTİNYAĞLI YAPRAK DOLMASI

1 kilo asma yaprağı taze veya salamura  
2 su bardağı pirinç  
1 baş soğan  
1 çay bardağı zeytinyağı  
1 çay kaşığı şeker bolca nane dilediğiniz baharatlar da olabilir.  
Kuş üzümü ve fıstık isteğe göre  
1 kaşık biber salçası

İçimizi hazırlayalım önce soğanları ince doğrayıp yağda kavuralım ölene kadar salçamızı ilave edelim yıkanmış pirinçlerimizi ekleyelim baharatlarını koyalım kuş üzümü ve fıstık ekleyelim tuzunu atalım biraz sıcak su koyup karıştırıp demlenmeye bırakalım.

Yapraklarımızın zıpcıklarını alıp tabağımıza serelim içten birer kaşık koyup saralım. tenceremize dizelim.

Bütün işlem bitince tuzunu ve suyunu koyup ağzına da tabak kapatıp kısık ateşte pişirelim.

Biraz pişince zeytinyağı gezdirelim. Soğuk servis yapılır.

