



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI YAPRAK SARMASI

300 gram taze ya da salamura asma yaprağı

1 adet sulu limon

4 yemek kaşığı ile zeytinyağı

1 su bardağı kadar sıcak su

İç Harcı İçin:

6 yemek kaşığı ile zeytinyağı

3 tane orta boy kuru soğan

1,5 su bardağı ile pirinç

1 su bardağı ile sıcak su

1 yemek kaşığı ile dolmalık fıstık

1 yemek kaşığı ile kuş üzümü

1 çay kaşığı ile karabiber

1 çay kaşığı ile yenibahar

Yarım çay kaşığı tarçın

1 tane kesme şeker

1 çay kaşığı ile tuz

Sarmanın iç harcını hazırlanması için; kuru soğanları küpler halinde doğrayın ve geniş tabanlı bir tencerede zeytinyağını kızdırın.

Soğanları rengini alana kadar kavurmaya devam edin

Ilık suda 5 dakika kadar bekleterek suyunu süzdürdüğünüz pirinçleri soğanlarla birlikte, pirinçler şeffaf bir görünüm alana kadar kısık ateşte kavurun.

Sırasıyla; dolmalık fıstığı, kuş üzümünü, karabiberi, yenibaharı, tarçını, kesme şekeri ve tuzu ilave edin .

Sıcak suyunu da ekleyin ve kısık ateşte 5 dakika kadar pişirdikten sonra ocaktan alın.

Salamura asma yapraklarını ise 2-3 dakika haşlayıp bol suda duruladıktan sonra geniş bir servis tabağına damarlı kısımları üste gelecek şekilde açın.

Hazırlamış olduğunuz iç harçtan bir tatlı kaşığı kadar yaprağın orta kısmına koyun.

Kenar kısımlarını içe gelecek şekilde, geniş kısmından uç kısmına doğru sıkı bir şekilde yaprakları sarın.

Sarma tenceresinin tabanına asma yaprağı koyun .

Hazırlamış olduğunuz sarmaları, sıkı bir şekilde tencerenize dizin.

Limonu halka şeklinde dilimledikten sonra sarmaların üzerine yerleştirin.

Sıcak suyu ve zeytinyağını sarmaların üzerine ekleyin.

Pişme sırasında açılmaması için; üzerlerine düz bir servis tabağı kapatın.

Hazırlamış olduğunuz sarmaları, kısık ateşte takriben 35 dakika pişirin.

İsteğe göre; ılık ya da soğuk olarak servis yapın



© lezzetler.com tarif no:163777 • adi:Zeytinyağlı Yaprak Sarması • gönderen:Doctor • indirme tarihi:05.04.2025 - 09:50