



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI YAPRAK SARMASI

250 gram taze yaprak
2 adet orta boy kuru soğan
1 çay bardağı pirinç
1 kaşık domates biber karışık salça
Yarım demet maydanoz
1 çay kaşığı karabiber
1 çay bardağı zeytinyağı
2 çay kaşığı tuz
Servis için:
Yoğurt

Pirinci sıcak suda ıslattın 30 dakika kadar bekleyin ve süzün.

Soğanı ve maydanozu yemeklik doğrayın.

Pirinç, soğan, salça, tuz ve baharatları geniş ve derin bir kaba alın ve harmanlayın

Asma yapraklarını tuzlu kaynar suda sararıncaya kadar haşlayıp süzgece alın.

Bir tepsinin içinde yaprakları tek tek açarak hazırladığınız iç malzemeden ortalarına ekleyip rulo şeklinde sarın.

Tencereye dizip, üzerine bir tabak kapatın.

2 su bardağı ılık su ilave edip, ağır ateşte suyunu çekene kadar pişirin.

Kapağı kapalı olarak soğumaya bırakın.

