



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI YAPRAK DOLMASI (TAZE)

MALZEMESİ

- 1,5 Su bardağı pirinç
- 5 Adet orta soğan
- 1 Su bardağı zeytinyağı
- 1 Kahve fincanı fıstık
- 1 Kahve fincanı kuşüzümü
- 1 Çay kaşığı tarçın
- 1 Çay kaşığı yenibahar
- 2 Çay kaşığı tuz
- 3 Su bardağı sıcak su
- 1/2 Demek maydanoz
- Kuru nane
- 250 Gr. taze üzüm yaprağı

YAPILIŞI

- 1 Pirinci 1/2 saat ılık tuzlu suda bekletiniz.
- 2 Soğanları ince ince kıyınız.
- 3 Zeytinyağını bir tencerede kızdırınız. Soğan ve fıstıkları içine atarak kevgirle karıştırmak suretiyle hafif sarartınız.
- 4 Pirinci iyice yıkayıp süzdürdükten sonra ilâve ediniz ve 5-6 dakika kavurunuz.
- 5 1,5 su bardağı kaynarsu, tuz, tarçın, bahar ve kuş üzümü ilâve ederek pişiriniz. Ateşten indirince içine kıyılmış nane maydanoz ilâve ediniz.
- 6 Yaprakların saplarını koparıp tuzlu ve limonlu suda haşlayıp süzünüz.
- 7 Yaprakların tüylü kısmına büyüklüğüne göre dolma içi koyup ince uzun dolmaları sarınız.
- 8 Tencerenin dibine yaprakların sertlerini yayın ve dolmaları bunların üzerine muntazam diziniz.
- 9 Dolmaların üzerine 1,5 su bardağı sıcak su ve 1/2 limon suyu gezdiriniz.
- 10 Ağır ateşte suyunu çekene kadar pişiriniz.
- 11 Soğuyunca servis tabağına çıkartınız ve üzenlerini limon dilimleri ile süsleyiniz.