



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI YAPRAK SARMASI

300 gr taze asma yaprağı veya yarım kg salamura yaprak
1.5 su bardağı pirinç
2 adet soğan
2 adet domates
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı tozşeker
2 su bardağı ılık su
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kuru nane

Taze yaprakları kaynar suda haşlayıp süzgece çıkarın. Salamura yaprak kullanıyorsanız, sıcak suda 15 dakika bekletip süzgece alın.
Pirinç yıkayıp süzün. 10 dakika kadar ılık suda bekletip iyice yıkayın ve tekrar süzün.
Soğanı ince ince doğrayıp bir tavaya alın. Biraz tuz ve tozşekeri ekleyip yarım çay bardağı zeytinyağında kavurun. Üzerine pirinç ilave edip 2-3 kez karıştırarak 1 dakika kadar kavurup ocaktan alın. Domatesleri soyup küçük küçük doğrayın.
Domates, tuz, kalan zeytinyağını, karabiber ve naneyi pirince ilave edip güzelce karıştırın.
Yaprakları tek tek açıp ortasına 1 tutam iç koyup kapatarak parmak şeklinde sarın. Yayvan bir tencerenin dibini yaprakla kaplayıp sarmaları yan yana sıkı bir şekilde yerleştirerek dizin. Üzerlerine uygun boyda bir porselen tabak kapatıp 2 bardak ılık su ilave edin ve ağır ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Ocağı kapatıp tabağı alın ve üzerine 1-2 kaşık sızma zeytinyağı gezdirip soğumaya bırakın.



Fotoğraf "anne eli" tarafından gönderildi. 30.06.2018