

## Сарма



Время приготовления: 80 min.

Степень сложности: Легкий

### Ингредиенты (4х человека)

#### • Ингредиенты

- Протертые томаты 500g 6 ч.л
- виноградные листья 24 шт
- зелень петрушки 4 веточки
- зира 1 ч.л
- ис 6 ст.л.
- кедровые орешки 30 г
- лимон 1 шт
- мясной фарш 400 г
- мята 5 веточек
- перец по вкусу
- репчатый лук 1 шт
- соль по вкусу

Для этого рецепта мы использовали:



## Приготовление

1. Хорошо промываем овощи и зелень.
2. Отвариваем рис 10 минут и сливаем воду.
3. Промываем виноградные листья, обрезаем черешки, заливаем кипятком и оставляем, пока вода не остынет до комнатной температуры.
4. Измельчаем лук в блендере и немного обжариваем на масле до прозрачности.
5. Подсушиваем орешки в духовке. Следим, чтобы не подгорели.
6. Мелко нарубаем петрушку и мяту.
7. Смешиваем все вместе с фаршем, добавляем специи и немного лимонного сока.
8. Выкладываем на край виноградного листа 1-2 ч.л. фарша и заворачиваем. Повторяем процесс до тех пор, пока не закончатся листья и фарш.
9. Плотно укладываем сарму в кастрюлю, между каждого слоя кладем 2-3 колечка лимона.
10. Разбавляем протертые томаты водой и заливаем сарму. Сверху прижимаем тарелкой, у которой диаметр меньше кастрюли и накрываем крышкой.
11. Тушим на слабом огне 40-60 минут.