

Ντολμαδάκια γιαλαντζί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Χρόνος προετοιμασίας: 60 Λεπτά | Χρόνος μαγειρέματος: 45 Λεπτά

Αμπελόφυλλα - 400 γρ

Ρύζι - 1 ποτήρι καρολίνα (μουςκεμένο και στραγγισμένο από πριν)

Ελαιόλαδο - 1 ποτήρι + 1/2 για το ψήσιμο

Νερό - 2 ποτήρια περίπου

Κρεμμύδια - 5 μεγάλα πολτοποιημένα και στραγγισμένα

Άνηθος - 1/2 ποτήρι νερού ψιλοκομμένο

Φρέσκος δυόσμος - 1 κουταλιά της σούπας κοφτή

Αλάτι-πιπέρι

Ζάχαρη - 1 κουταλάκι του γλυκού

Χυμός λεμονιού - 1 1/2 λεμόνι

οδηγίεςΓνήσια πολιτική συνταγή για ντολμαδάκια!

Πλένουμε τα αμπελόφυλλα, κόβουμε τα κοτσάνια τους και τα ζεματάμε στο νερό με λίγο λάδι περίπου 5 λεπτά και από τις δυο πλευρές (δηλαδή τα γυρνάμε να ζεματιστούν από την πάνω και από την κάτω μεριά). Τα βάζουμε σε τρυπητή, τα ξεβγάζουμε λίγο και τα χωρίζουμε ένα ένα. Τα στρώνουμε για να είναι έτοιμα να τα τυλίξουμε.

Ετοιμάζουμε την γέμιση ως εξής. Σε ένα μπολ βάζουμε όλα τα υλικά (εκτός από το νερό και το 1/2 ποτήρι λάδι) τα ανακατεύουμε καλά. Τυλίγουμε τα ντολμαδάκια. Στην κατσαρόλα στον πάτο βάζουμε μια στρώση φύλλα (από αυτά που περισσέψανε) και τοποθετούμε τα ντολμαδάκια σε κάθετη θέση κοντά το ένα στο άλλο για να μην ανοίξουν. Βάζουμε το νερό, το 1/2 ποτήρι λάδι, τα σκεπάζουμε με πιάτο και τα ψήνουμε σε σιγανή φωτιά. Δοκιμάζουμε αν έχει ψηθεί το ρύζι και αν έχει τραβήξει τα υγρά. Δεν τα βγάζουμε αμέσως, τα αφήνουμε να κρυώσουν καλά. Τα σερβίρουμε σε πιατέλα με φέτες λεμονιού.

Πηγές: chefoulis.gr- clickatlife.gr