



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DEĞİŞ TOKUŞ DOLMASI

5 adet dolma kabak
5 adet patlıcan
2 adet soğan
1 su bardağı pirinç
Yarım demet dereotu
Yarım demet taze nane
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
1 adet domates
Yarım su bardağı zeytinyağı
Üzeri için:
2 adet domates

Kabak ve patlıcan enine 3'er parçaya kesilir. Kabağın içi oyulur, iyice kıyılır. Üzerine 1 adet kıyılmış soğan ve diğer malzemelerin yarısı eklenir ve harmanlanır. Patlıcanlar da 3 parçaya kesilir. İçi oyulur, iyice kıyılır, 1 adet kıyılmış soğan ve kalan malzemeler eklenir. Oyulmuş kabakların içine patlıcanlı iç, oyulmuş patlıcanların içine kabaklı iç doldurulur. Dolmalar tencereye dizilir. Üzerlerine dilimlenmiş domates konur. 1 su bardağı su gezdirilir. Kapak kapatılır. Orta ateşte 35 dakika kadar pişirilir. Ilık olarak servise sunulur.