



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ET DOLMASI (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

1 kg. bonfile (temizlenmiş ve 8 cm. uzunluğunda kesilmiş)
150 gr. tereyağı
2 yemek kaşığı salça
1 su bardağı su
iç malzemesi:
100 gr. yağsız kıyma
1 tatlı kaşığı salça
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı yenibahar
2 tatlı kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı pirinç (1 saat tuzlu suda bekletilmiş)
2 çorba kaşığı çamfıstığı

YAPILIŞI

Bonfileler sivri uçlu bir bıçakla dikine olarak 1 cm. çapında oyulur. İç malzemesinin tümü bir kaptaki karıştırılarak oyulan kısma doldurulur. Ağızları dikilir. Kızgın yağda 1 dk. alt üst edilerek kızartılıp bir tabağa alınır. Kızartma yağına suda eritilmiş salça ve baharat konularak etler ilave edilir. Hafif ateşte 20 dk. suyu tamamen çekilinceye kadar pişirilir. Servis tabağına alınırken ipleri çıkarılır. Tencere dibinde kalan sos üzerlerine gezdirilir.