



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KABAK DOLMASI (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş Valiliği
Hacı Ali Özturan

10 tane kabak
1 yemek kasığı pul biber
1 tatlı kasığı karabiber
1 tatlı kasığı sumak ekşisi

Tuz

İçi için:

250 g orta yağlı kıyma

1 baş soğan

1 su bardağı pirinç

3 yemek kasığı yağ

1 bağ maydanoz

3 domates

3-4 yeşilbiber

1 yemek kasığı karışık salça

1 çay kasığı karabiber

1 yemek kasığı sumak ekşisi

1 tatlı kasığı nane

1 tatlı kasığı reyhan

1 tatlı kasığı kekik

Tuz

İçi için: orta büyüklükte bir soğan çok ince doğranır. Üzerine orta büyüklükte üç domates küçük küçük doğranır.

Bir bağ maydanoz doğandıktan sonra 1 yemek kasığı karışık salça, 3 yemek kasığı yemeklik yağ konur. 1 çay kasığı karabiber, birer tatlı kasığı nane, reyhan, kekik ve 1 yemek kasığı sumak ekşi ile yeterince tuz atılır.

Üzerlerine 1 su bardağı pirinç ve 250 g kıyma konarak yogurur gibi karıştırılır.

Dolma yapmaya uygun olan küçük ve ince kabaklar seçilir ve yıkanır. Baş kısımları kesilerek dolma ağız kapatmak için saklanır. Bir oyacak yardımıyla kabaklar olabildiğince ince oyulur. Lâpa yapımında kullanılmak üzere içleri saklanır.

Kabak tatlımsı olduğundan ve Maraş dolmaları ekşiyağlıklı olduğundan kabakların içlerine tuz ve karabiber serpilir. Sonra gevsek olarak doldurulur. Ağızları kapatıldıktan sonra, tabanına iki kat yaprak serilen tencereye ağızları yukarıya gelecek şekilde dizilir. Üzerlerine dağılmamaları için bir sarma tası ya da porselen tabak konur. Üzerlerini kapatacak kadar su konduktan sonra hafif tuz atılır. Kabaklar yumuşayınca dek pisirilir. Pismeye yakın sumak ekşi konur.

Pisen dolmalar yeterince dinlendirildikten sonra tabaklara alınarak servis yapılır.