



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## İNCİRLİ HURMA DOLMASI

20 adet iri hurma  
4 adet kuru incir  
1 avuç iri çekilmiş ceviz

İncirler ufak doğranır, cevizle karıştırılır. Hurmaların çekirdekleri çıkarılır. İçlerine hazırlanan incirli iç doldurulur. Servis tabağına dizilir.

---