



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KABAK DOLMASI

1 kg. sakız kabak  
200 gr. yağlı kıyma  
1 çay bardağı pirinç  
yarım demet maydanoz  
yarım demet dereotu  
yarım demet taze nane  
1 adet kuru soğan  
1 çorba kaşığı salça  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı tuz  
1 su bardağı su  
1 adet domates  
5 çorba kaşığı yağ

Kabaklar oyulur (içleri mücver yapımında kullanılabilir) yeşillikler ve soğan kıyılır, kalan malzeme ile karıştırılır, kabaklara doldurulur. Üzerlerine doğranmış domates konur, tencereye dizilir, su gezdirilir, orta ateşte 35-40 dakika pişirilir.



Fotoğraf "Müslüm Kutsi" tarafından gönderildi. 24.06.2015