



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KOLAY İNCİR DOLMASI

500 gr kuru inciri yıkayıp sap kısımlarını kesin. 15 dakika ılık suda bekletin. Baş parmağınızı incirin sap kısmından içeri sokarak incirin içini açın. 1 bardak iri dövülmüş cevizi incirlerin içine doldurun. Doldurulmuş incirleri bir tencereye dizin. Üzerine 1/3 bardak toz şekeri serpiştirin, 1 bardak su gezdirin, Kapağı kapalı olarak kısık ateşte incirler yumuşayana kadar pişirin, ılık servis yapın.