



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KURU KABAK VE KURU PATLICAN DOLMASI

### Malzemeler:

Uzun dilimli kabak ve patlıcan  
500 gram orta yağlı kuzu kıyması  
2 çorba kaşığı düğ  
2 çorba kaşığı pirinç  
1 çorba kaşığı domates salçası  
1 çorba kaşığı biber  
Yarım demet maydanoz  
2 adet orta boy soğan  
1 çay bardağı su  
Yeteri kadar tuz karabiber  
Üzeri için sarımsaklı yoğurt

### Hazırlanışı:

Kabakları uzun dilimleyip hafif tuzlayarak bez üstünde kurutun. Patlıcanları tuzlamadan ipe dizip kurutun. Uzun dilimleyin. Kabaklar tuzla kurutulduğu için akşamdan suya koyup tuzunu alın. Patlıcan ve kabakları ayrı ayrı haşlayın. Soğuk sudan geçirin. Bütün malzemeyi karıştırıp 1 çay bardağı suyu da ilave edip tekrar karıştırın. Malzemeden bir miktar alıp patlıcan ve kabaklara koyup rulo şeklinde sarın. Yayvan bir tencereye ayrı ayrı dik olarak dizin. Üzerine yağını ve tuzunu gezdirip sıcak suyunu da ilave edin. Kısık ateşte pişmeye bırakın. Servis yaparken üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirin.