



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAKIZ KABAĞI DOLMASI

Taze kabakların, dolmaya müsaid olanlarından tedarik edilerek kabuklarını bıçakla kazımalıdır. İçlerini de uzunluğu boyunca oyduktan sonra, yıkayıp bırakmalıdır.

Diğer taraftan, istenilen miktarda, biraz yağlı tarafından koyun etini makineden, ince çekmeli ve birkaç tane soğanı da ince çentip, nane ve maydanozu da bunlara katmalıdır.

Kâfi miktarda pirinci de ayıklayıp yıkıyarak ilâve etmeli. Tuz, biber ve tarçın serpip hepsini bir arada yoğurmalıdır.

Meydana gelen bu iç harciyle kabakları sıkı olmamak üzere doldurmalıdır.

Dolmalar, tencereye yerleştirilerek hizalarına kadar (dolmaları örtecek derece) et suyu da dökmelidir. Domates salçasını da koyduktan sonra, kapayıp mutedil ateşte pişirmelidir.

Not: Bu dolma, böyle sade ve yoğurtlu yenildiği gibi yumurta ve limon terbiyesiyle de daha nefis olur.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 07.02.2023