



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ MANTAR DOLMASI

15 adet mantar
2 kabak
2 patates
1 ay bardağı çiğ krema
1 soğan
1 orba kaşığı tereyağı
200 gram tavuk eti

Kabak ve patatesleri iri parçalar halinde doğrayın. Tencerenin içine tereyağını ve kremayı döküp ısıtın. İçine irice doğranmış soğanı, kabağı ve patatesi atın. Birlikte 5 dakika kadar kaynatın. Tavuk etlerini de irce doğrayıp tencereye sebzelerin içine alın. Kısık ateşte 20 dakika kapağı kapalı olarak hepsi kremanın içinde pişmesi gerekiyor. Sebzeler pişice içleri boş olan mantarlara doldurup 20 dakika da fırında pişirip servis tabağına alın. Sıcak olarak servis yapın. Tavuk yerine balıketiyle de aynı işlemi yapabilirsiniz. İstenirse içine hiç et koymadan sadece sebzelerle de yapılabilir.



Fotoğraf "Somuncu" tarafından gönderildi. 19.06.2023