



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ABAZA DOLMASI (ÇAYIRLI ERZİNCAN)

Kuzeydoğu Anadolu Kalkınma Ajansı

500 gr. kıyma
1 adet soğan
1 yemek kaşığı salça
1 çay bardağı sıvı yağ
1 kase bulgur
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kırmızı biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1 yemek kaşığı nane
250 gr. kemikli kuzu eti
500 gr. abaza bitkisi

Kıyma, ince ince doğranmış soğan, salça, sıvı yağ, bulgur, nane, tuz, kırmızı biber ve karabiber bir leğen içerisinde iyice yoğrulur.

Yoğurulan iç malzeme abaza bitkisinin içine konularak sarılır.

Büyük bir tencereye önce kemikli etler daha sonra sarmalar dizilir.

Bir tava içerisinde 1 çay bardağı sıvı yağ ve 2 yemek kaşığı salça atılarak kavrulur.

Kavrulmuş salça ve 3 bardak su sarmaların üzerine dökülerek tencere kaynamaya bırakılır.

Tencere kaynamaya başlayınca kısık ateşte 30 dk. kadar daha kaynatılır ve arzuya göre üzerine sarımsaklı yoğurt dökülerek servis edilir.

