



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ASMAKABAĐI ET DOLMASI

Asmakabağını kazıyarak 10 santim boyunda doğrayınız. İlerini oyun. Bir kabın içinde kıyma ve entilmiş soğanı karıştırın. Daha sonra bunları iyice karıştırın. Ardından bu ii kabakların içine doldurun. Dilimlenmiř domatesleri kabakların üzerine kapatın. Dolmaları tencereye dizin ve sıvı yağı gezdirin, su ve salçayı karıştırarak dolmaların üzerinde gezdirin. Kısık ateşte pişirin.