



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BROKOLİLİ SOĞAN DOLMASI

4 kişilik
7-8 adet orta boy soğan
4 çorba kaşığı sıvıyağ
250 gram brokoli
100 gram beyaz peynir veya lor
1 adet yumurta
Tuz
Karabiber
Sosu için:
3 çorba kaşığı sıvıyağ
Yarım çorba kaşığı salça
Yarım su bardağı su
Tuz
Süslemek için:
2-3 dal brokoli

Soğanların baş ve saplı kısımlarını düz keselim. İç kısımlarını kabak oyacağı ile derince oyalım. Bir tencerede yumuşayana dek haşlayalım. 2 soğanın içinden çıkan parçaları küçük doğrayarak sıvıyağda hafifçe pembeleştirilim. Üzerine küçük doğranmış brokoli dallarını ekleyerek 2-3 dakika daha kavuralım. Tencereyi ateşten alıp brokolili harcı soğutalım. İçine ezilmiş peyniri, yumurtayı, tuzu ve karabiberi katıp karıştıralım. Bu malzemeyi soğanların içine dolduralım. Bir tavada 4 çorba kaşığı sıvıyağı ve yarım çorba kaşığı salçayı yarım dakika kavuralım. Üzerine yarım su bardağı suyu ve tuzu ekleyip, bir taşım kaynatalım. Sosu fırın kabına dökelim ve soğan dolmalarını içine dizelim. Kenarlarına brokoli dallarını yerleştirerek fırına sürelim. Dolmaların üzeri hafifçe renk değiştirene dek pişirelim. Sıcak servis yapalım.