



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU PATLICAN DOLMASI

4 adet patlıcan
1,5 su bardağı pilavlık bulgur
1 adet iri kuru soğan
1,5 çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı biber salçası
Yarımşar demet dereotu, maydanoz, taze nane
Tuz
Karabiber
2 adet domates
2,5 su bardağı su

Patlıcanlar soyulmadan boyuna 3 parçaya kesilir, içi oyulur. Soğan ince kıyılır, zeytinyağında pembeleştirilir. Üzerine yıkanmış bulgur ve salça konur, birkaç dakika kavrulur. Üzerine 1,5 su bardağı su, karabiber, tuz eklenir, 5 dakika sonra kıyılmış yeşillik atılır, ateşten alınır. Yarım saat demlendirilir. Daha sonra patlıcanlara doldurulur, üzerine doğranmış domates konur, tencereye dizilir. Üzerine 1 su bardağı su gezdirilir. Orta ateşli ocakta yarım saat pişirilir. Ilık servis yapılır.

[ML® Bulgurlu Kuru Patlıcan Dolması için tıklayın](#)[ML® Bulgurlu Kabak Dolması için tıklayın](#)
