



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUT DOLMASI

12 Adet Keskinöğlü But Sarma
4 Diş sarımsak
200 gr ceviz içi
Yarım demet maydanoz
2 Çay kaşığı zeytinyağı
Tuz

Ceviz içlerini robotta çekin. Maydanozları yıkadıktan sonra ince ince doğrayın. Sarımsakları bir kaptaki ezin. Bunların hepsini bir karıştırma kabına koyun. İçlerine 2 çay kaşığı yağ ve tuz ilave edin ve karıştırın. Hazırladığımız harcı eşit miktarlarda but sarmaların içine koyun ve rulo şeklinde sararak açılmaması için kurdanla tutturun. Teflon bir tava içine 2 yemek kaşığı zeytinyağını koyup kızdırın ve but dolmalarını kızgın yağda kızarıncaya kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.