



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CEVİZLİ ACUR DOLMASI

1 kg orta kalınlıkta acur
1 su bardağı ceviz
1 çay bardağı bulgur
1 adet kuru soğan
200 gr kıyma
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için:
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı sıvıyağ
2 su bardağı su

Önce acurlar yıkanır. Kabuklu olarak enine bir kaç parçaya kesilir. İçi kaşıkla oyulur. Soğan ince doğranır. Üzerine yıkanmış pilavlık bulgur, kıyma, nane, karabiber ve tuz eklenir ve karıştırılır. Hazırlanan iç oyulan acurlara doldurulur. Dolmalar tencereye dizilir. Salça, su ve yağ karıştırılır. Dolmaların üzerine gezdirilir. Kapak kapatılır. Orta ateşte yaklaşık 35 dakika pişirilir.