



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİL PEYNİRLİ KALAMAR DOLMASI

2 adet kalamar
1 su bardağı küp şeklinde kesilmiş dil peyniri
2 adet çarliston biber
2 adet domates
2 çay kaşığı kekik
Tuz

Kalamarların baş kısımlarını temizledikten sonra bol suyla yıkayın. Suda haşlayın. Küp şeklinde kesilmiş dil peynirini, 2 adet biberi, 2 adet domatesi, 2 çay kaşığı kekiği ve tuzu karıştırın. Kalamarların içine doldurun. Ağız kısımlarının açılmaması için kurdan batırın. Orta ısıli bir ızgarada arada bir çevirerek, 10 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.