



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİLİM SALATALIK DOLMASI

1 kg salatalık
400 gr dolmalık kıyma
400 gr ince bulgur
50 gr margarin
Biraz ırmik
3 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
2 adet yeşil biber
bir miktar kurutulmuş reyhan otu
Tuz
Kırmızı biber
Yoğurt

Öncelikle salatalıkları 3-4 cm genişlikte keserek içlerini oyun. Soğanı rendeleyip yeşil biber, bulgur, et, ırmik, margarin, perçemotu, ovalanmış reyhan otu, kırmızı biber, tuz ve su ile çiğ köfte kıvamına gelene kadar yoğurun. İçi boş kabakları doldurarak tencereye yerleştirin. Kaynamış su ilave ederek 10-15 dk pişirin.

