



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOLMA SALATASI

12 adet dolma biberi
1 adet patlıcan
2 adet patates
1 adet havuç
2 adet domates
6 adet taze soğan
Yarım demet maydanoz
1 su bardağı yoğurt
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tuz
Kızartma yağı

Dolma biberleri oyulur ve kızartılır. Patlıcan, patates, havuç küp şeklinde doğranır ve yağda kızartılır. Maydanoz ve taze soğan ince kıyılır, domates ufak doğranır ve kızaran sebzelerle karıştırılır. Tuz eklenir. Hazırlanan malzeme kızaran dolma biberlerine doğdurulur. Yayvan servis tabağının dibine sarımsaklı yoğurt yayılır. Dolma salatalar yatay olarak çiçek şeklinde yerleştirilir. Üzerine biraz sarımsaklı yoğurt gezdirilir. Maydanoz serpilir.