



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOLMAS DE KALAVASA KON KARNE

Nedim Atilla

(Etli Kabak Dolması)

MALZEMELER:

1 kg orta boy kabak

350 gr bodiko (incik)

1 bardak piriç

1 adet soğan

2 adet domates

1 çorba kaşığı sıvıyağ

1 bardak domates suyu

Maydanoz

Tuz

Karabiber

Kızartma için sıvıyağ

YAPILIŞI:

Bodikoyu (incik) su, tuz ve biraz yağ ile düdüklüde yumuşayınca kadar pişirin. Pişmiş olan bodikoyu biraz soğuduktan sonra ufak ufak kuşbaşı şeklinde kesin. Diğer tarafta kabakları ortadan ikiye bölün, içlerini oyun ve yıkayıp süzülmesini bekleyin. Kabaklar süzildükten sonra yağda hafifçe pembeleşinceye kadar kızartın.

Piriçleri yıkayıp süzün. Soğanı rendeleyin. Piriç, soğan rendesi, maydanoz, yağ, karabiber ve tuzu karıştırın.

Bu karışıma eti ve küçük küçük doğranmış domatesleri ilave edip harcı oluşturun. Kabakların içlerini etli harçla doldurun. Dolmaları tepsinin ortası boş kalacak şekilde dizin. Ortasına kalan harcı yerleştirin. Bir bardak domates suyu veya bir bardak suda eritilmiş salçayı dolmaların üzerine dökün. Biraz yağ ve tuz ilave edip kısık ateşte pişirin.