



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DÜDÜKLÜDE KURU DOLMA

18 adet kuru patlıcan
18 adet kuru biber
İçi için:
1 su bardağı pirinç
Yarım su bardağı pilavlık bulgur
1 büyük kuru soğan
2 yemek kaşığı salça
Yarım bağ maydanoz
1 tatlı kaşığı pul biber
Kuru nane
Karabiber
Tuz
Yarım fincan nar ekşisi ya da limon suyu
1 fından zeytinyağı

Kuru biber ve patlıcanlar biraz haşlanarak yumuşatılır.

İçi için, pirinç ve bulgur yıkanarak süzülür, soğan ve maydanoz ince kıyılır bir kaptaki karıştırılır, üzerine salça, pul biber, kuru nane, karabiber ve tuz eklenir ve karıştırılır.

En son nar ekşisi ve zeytinyağı konup karıştırılarak iç hazırlanmış olur.

Yumuşamış biber ve patlıcanlara bu içten fazla sıkıştırmadan bir parmak eksik olacak şekilde doldurulur, patlıcan ve biberler düdüklü tencereye dizilir.

Düdüklü tencerenin üzerine tabak kapatılır, üzerini biraz geçecek kadar su konarak ateşe oturtulur.

Pim çıktıktan sonra 15 dakika pişirilir.

