



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKMEK DOLMASI (AYDIN)

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

1 adet dolmalık ekmeğ
200 g kıyma, tercihen dana kıyma
½ demet maydanoz, ince kıyılmış
60 g tereyağı
2 çay kaşığı tuz
1 adet orta boy patates, halka halka dilimlenmiş
1 çay kaşığı karabiber
400 ml et suyu

En az 2 gün bekleyip bayatlamış olan dolmalık ekmeğin ortasına 10 santim çapında bir kapak açın. İçini güzelce oyun ve çıkardığınız ekmeğ içlerini küçük küçük tiftik edin.
30 gram tereyağını tencerede ısıtın. Kıymaları ekleyerek kavurun.
Tiftiklediğiniz ekmeğleri de ilave edip birlikte kavurmaya devam edin.
Ekmeğler ve kıymalar tane tane olduğunda tuzunu karabiberini, maydanozları katın ve karıştırın.
İçini boşalttığınız ekmeğin içine hazırladığınız harcı doldurup açtığınız 10 santimlik kapağı üzerine kapatın.
Patates dilimlerini bir tencereye dizin. Üzerine doldurduğumuz ekmeğ dolmasını koyun.
Kalan 30 gram tereyağını üzerine sürün ve et suyunu gezdirin.
15 dakika orta ateşte pişirin ve sıcak servis edin.

Not: Ekmeğ dolması, daha çok Ege bölgesinde yapılan, özellikle Aydın ve civarına ait bir yemektir. Yöreğe ait dokusu sert ve tok ekmeğler bayatladıktan sonra ekmeğ dolması yapımında kullanılır. İki, üç günlük bayat ekmeğ bu yemekte çok iyi sonuç verir zira dağılıp hamur olmaz, et suyunu daha iyi çeker. Yemek yörede o kadar sevilmiştir ki sırf bu yemekte için özel dolmalık ekmeğ üretilir olmuştur.