



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKMEK DOLMASI

Bir bütün bayat ekmek
1 büyük soğan
Yarım kg kadar kıyma
Karabiber
Kimyon
Tuz

Ekmek ortadan ikiye bölünür. Bölünen ekmek patlıcan oyar gibi oyulur. Çıkan ekmek içi iyice ufalanır, içine baharat ve daha evvel kavrulan soğanlı kıyma ilâve edilir. Hazırlanan iç, oyulan yarım ekmeklere doldurulur. Genişçe bir tencereye biraz su konur, içine ekmek dolmalarını koyduğunuz emaye veya başka bir kap oturtulup tencerenin kapağı kapatılır. 15 dakika kadar ocakta bırakılır. Ocaktan indirilen dolmalar, tabağa alınıp üzerlerine tereyağı sürülür ve her parça ikiye ayrılır. Sıcak sıcak, komposto ile servis yapılır.

Not: Bu tarif, bazı şehirlerimizin değişmez sahur yemeğidir.