



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## EKŞİLİ HAYLAN KABAĞI DOLMASI

250 gr kıyma  
1 kg haylan kabağı  
1 su bardağı pirinç  
1 adet kuru soğan  
1 yemek kaşığı biber salçası  
3 diş sarımsak  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı kırmızı biber  
2 adet limon suyu  
2 yemek kaşığı sıvı yağ  
3 çay kaşığı tuz

Sıvıyağda doğranmış kuru soğan ve kıyma kavrulur. İçine salça, pirinç, ezilmiş sarımsak, karabiber, kırmızı biber, tuz eklenerek 1-2 dakika daha kavrulur.

Yapılan bu karışım her kabağın yarısına gelecek şekilde doldurulur ve ağzı bir dilim domatesle kapatılarak tencereye dizili ve ocağa konur. Kaynamaya başladığında ocak kısılır ve pişmeye bırakılır. Pişmeye yakın üzerine 3 adet limon suyu konur. Bir iki taşım daha kaynadıktan sonra ocaktan alınır.

