



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ İNCİR DOLMASI

- 1 adet soğan
- 1/2 Türk kahvesi fincanı zeytinyağı
- 200 gram kıyma
- 2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
- 1 Türk kahvesi fincanı pirinç
- 2'er dal cibes, turpotu, gelincik otu
- 3 dal fesleğen
- 1'er tutam tuz ve karabiber
- 30 adet kuru incir
- 1'er adet domates ve elma
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 neskafe fincanı su veya sebze suyu

Kıyılmış soğanı zeytinyağında soteleyin. Kıyma ekleyip suyunu çekene dek kavurun. Dolmalık fıstık ilave edip rengi dönene dek karıştırın. Pirinç katıp rengi hafif şeffaflaşana dek karıştırın ve ocaktan almaya yakın kıyılmış cibes, turpotu, gelincik otu ve fesleğen katın. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Ocaktan alıp ılınmaya bırakın. İncirleri 10-15 dakika kaynar suda dinlendirin. Suyunu iyice süzdürüp, içlerine kıymalı karışımı pay edin. Tencere veya tavanın tabanına dilimlenmiş domates ve elmayı yerleştirin. Üzerine incirleri dizip, tereyağı parçaları serpiştirin. Sebze suyu ekleyip 15 dakika pişirin.

