



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KABAK DOLMA

Malzeme

- 2 yemek kaşığı Sana Kase
- 5 adet kabak
- 300 g kıyma
- 1 adet kuru soğan
- ½ su bardağı bulgur
- ½ demet taze nane
- 2 adet domates
- ½ demet dereotu
- 2,5 su bardağı et suyu
- Sosu:
- 1 su bardağı yoğurt
- ½ kutu Sana Crème Bonjour biberli peynirli sandviç sürme
- 3 diş sarımsak
- Dereotu
- Taze nane

Hazırlanışı

1. Küçük bir kâsede kıymayı, rende soğanı, yıkanmış bulguru, kıyılmış nane ve dereotunun yarısını, tuz ve karabiberi karıştırın.
2. Kabakları boyuna dilim olarak kesin.
3. Fırın tepsisine şerit kabak, dolma harcı, rende domates, şerit kabak, dolma harcı, rende domates olarak döşeyip üzerine et suyunu gezdirip Sana Crème Bonjour'u koyup fırında pişirin.
4. Sosu için yoğurdu, Sana Crème Bonjour biberli peynirli sandviç sürmeyi, kıyılmış sarımsağı ve kıyılmış dereotunu, taze naneyi karıştırın.
5. Pişen dolmanın üzerine sosu gezdirip sıcak olarak servis ediniz.