



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ SAKIZKABAĞI DOLMASI

Tuğrul Şavkay

1 kg. sakızkabağı
500 gr. kıyma
200 gr. soğan (ince kıyılmış), (2 orta boy)
225 gr. pirinç (ayıklanıp, yıkanmış), (1 su bardağı)
Tuz
Taze çekilmiş karabiber
1/2 bağ maydanoz (ince kıyılmış)
100 gr. tereyağı (6,5 çorba kaşığı)

Kabakları yıkayıp, bir süzgece çıkarın. Sap kısımlarını keserek atın. İçlerini bir kabak oyacağı ile oyarak boşaltın. Çıkan parçalardan, ağızlarına kapamak için 2 cm. kalınlığında kapaklar kesin. Bir kapta kıymayla ince kıyılmış soğanı, pirinci, tuzu ve biberi iyice karıştırarak dolma içini hazırlayın. Bu dolma içine ince kıyılmış maydanozu katıp, karıştırın. Kabakların içlerini hazırladığınız dolma içi ile doldurarak tencereye dizin ve ağızlarına ayırdığınız kapakları kapatın. Tereyağını bir tavada kızdırıp, dolmaların üzerine gezdirin. Dolmaların düzeyine kadar su ya da et suyu ekleyerek tencerenin kapağını kapatın. Bir taşım kaynatıp, ateşi kısın ve dolmaları kısık ateşte yaklaşık 35 dakika pişirin. Pişen dolmaları sahanlara aktarıp, sıcak olarak servis yapın.



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 17.05.2024