



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FİRİKLİ KURU PATLICAN VE BİBER DOLMASI

250 gr bulgur  
250 gr firik  
500 gr kıyma  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 kg patlıcan  
2 adet soğan  
2 diş sarımsak  
1 tutam tuz, karabiber, pul biberi  
Yeteri kadar su  
50 gr yağ

Geniş bir kaptan bulgur, firik, kıyma, salça, baharat, tuz, ince doğranmış soğan ve sarımsak, yağı karıştırın. Karışımı patlıcanların içine doldurun. Tencereye dizip dolmaların üstüne çıkacak kadar su ilave edin ve bir tutam tuz atın. 30 dk pişiriniz.

