



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FODULA EKMEK DOLMASI (KUŞADASI AYDIN)

<https://www.kusadasikulturelmiras.com/>

- 1 tane orta boy yuvarlak ekme 
- 5-6 su bardağı su
- 250 gr. yağsız kıyma
- Yaklaşık 1 su bardağı irice dövülmüş ceviz içi
- 1 tane büyük boy kuru soğan
- 3-4 yemek kaşığı tereyağı veya margarin
- 1 demet maydanoz
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1  ay kaşığı tuz
- 1  ay kaşığı karabiber
- 1  ay kaşığı kırmızı pul biber
- 1 yemek kaşığı eritilmif tereyağı (zerine sürmek için)

nce yuvarlak ekmeği alıp, ekmeğin üzerinden kapak biçiminde bir parçayı kesip, kapağı ayırın. Ekme  bir gün önceden alınmif olursa daha iyi olur.

 unk taze ekmeğin i ini çıkartmak zor olur. Biraz bayatlamif ekmeğin i ini ufalayarak boşaltmak daha kolay olur.

Ekmeğin i ini elinizle oyarak tamamen boşaltın.

1 tane büyük boy kuru soğanı soyun ve çok ince ince kıyın. Bir tencerede 3-4 yemek kaşığı tereyağı veya margarini eritin. Kıyılmif soğanları ve 1 çay kaşığı tuzu tencereye atıp, soğanlar sararınca kadar kavurun.

Sonra zerine kıymayı ekleyin ve kıyma suyunu çekip kavruluncaya kadar pişirin. Bu arada 1 su bardağı dövülmüş ceviz i ini, 1 yemek kaşığı biber salçasını, 1 çay kaşığı karabiberi ve 1 çay kaşığı kırmızı pul biberi de içine ilave edin ve iyice karıştırıp ocağı kapatın. 1 demet maydanozu ince ince doğrayın ve kıymaya ekleyin.

Daha önceden ekmeğin içinden çıkardığınız ekme  i lerini de ufalayıp kıymalı harca karıştırın. Fodula (Ekme  Dolması) i  harcınız hazır. Hazırladığınız bu i  harcını i ini boşalttığımız ekmeğin içine iyice doldurun ve ekmeğin kapağını kapatın. 1 yemek kaşığı eritilmif tereyağı ile ekmeğin her tarafını güzelce yağlayın.

Büyük geniş bir tencerenin içine 5-6 su bardağı su koyup, tencerenin içine düşmeyip, tam üstünde kalacak büyüklükte bir tel süzgeci tencerenin üzerine yerleştirin ve ekmeği süzgecin üzerine oturtun. Buharlama yöntemiyle yaklaşık yarım saat suyu çekene kadar pişirin.

Evde tencerenin çapına uygun süzgeç yoksa, tencereye koyduğunuz suyun miktarını azaltın, tencerenin dibine 2 tane  atal koyup ekmeği bu çatalların üstüne oturtun ve pişirin.

Pişme sresinin sonunda ekme  dolmasını servis tabağına alıp, yanında ayran ya da yoğurtla birlikte servis yapın.