



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

HAS DOLMA (ŞANLIURFA)

10 adet ufak kıvırcık,
Yarım kg dana kıyma
1 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pul biber
1 çorba salça
1,5 su bardağı su

Tavaya yağ konur, eriyince kıyma atılır, kavrulur, tuz, karabiber ve pul biber eklenir. Kıvırcıklar kaynar suda 1-2 dakika tutulur. Orta göbeği yaprakları koparmadan açılır. Sonra hazırlanan iç alabildiğince doldurulur. Yaprakları kapatılır. Yapılanmış fırın kabına konur. Üzerine salça, su vaz tuz karışımından oluşan sos gezdirilir. 190 derece fırında 20 dakika kadar pişirilir.