



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HUMRA DOLMASI (ŞİRDEN) (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

2 adet koyun humra
100 gr. bulgur
100 gr. koyun kıyması
1 tatlı kaşığı pul biber
1 kuru soğan
Tuz

YAPILIŞI

Humra (şirden) güzelce yıkanır, temizlenir. Bir tarafta bulgur, ince doğranmış soğan, tuz, pul biber ve kıyma katılarak bulgurla harmanlanır. Şirdenin içine doldurulduktan sonra şirdenin ağzı ipe dikilerek kaynamakta olan suyun içine bırakılır. Bir iki taşım kaynadıktan sonra kürdan yardımı ile birkaç delik açılarak içine suyun girmesi sağlanır. Yaklaşık bir saat orta ateşte pişirildikten sonra sıcak servis edilir.