



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİR DOLMASI

400 gr kuru incir
1 su bardağı iri çekilmiş ceviz
4 yemek kaşığı şeker
1 su bardağı su
1 su bardağı süt

İncirleri yıkayıp, 15-20 dk. ılık suda bekletin. (Saplarını kesmeyin.) Sudan çıkarıp kurulayın ve alt tarafından parmağınızla içli köfte oyar gibi delik açın, bu sırada incirin parçalanmamasına özen gösterin.

½ çay kaşığı tarçın ile karıştırdığınız cevizden bir miktar alıp incirin içine doldurun ve yuvarlayarak kapatın.

Saplar üste gelecek şekilde, yayvan bir tencereye dizin.

Üzerine süt ve su gezdirin, orta ateşte 15-20 dk. kaynatın. Soğuyunca servis tabağına alın ve tencerede kalan şerbeti üzerine gezdirin.

Not: İsteğinize bağlı olarak kaymak ile de servis edebilirsiniz, çok yakışıyor. Süt kullanmayıp yalnızca su ile de yapabilirsiniz.

