



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## İNCİR DOLMASI

1 Yemek Kaşığı Sana Klasik

3 Çorba Kaşığı şeker

1 Kase ceviz

1 Su Bardağı su

20 Adet kuru incir

2 Çorba Kaşığı sıvı yağ

İncirleri 1 saat kadar ılık suda bekletin. Sonra üst kısımlarını temizleyin. içlerini dövülmüş ceviz ile doldurun. Doldurmuş olduğunuz incirleri tencereye dizerek üzerine 1 su bardağı suya 3 yemek kaşığı şekerini karıştırdığımız suyu ve sıvıyağı gezdirin. Kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Kaymakla birlikte servis yapabilirsiniz.

---