



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK DOLMASI (SAKARYA)

5 adet kabak
250 gr kıyma
1/2 su bardağı sıvıyağ
Yeteri kadar tuz
1 çay kaşığı karabiber
Biraz maydanoz
1 kaşık salça
250 gr pirinç

Kabakları soyduktan sonra içini oyun. Bir kabın içine bütün malzemeleri katın. Daha sonra bunları iyice karıştırın. Ardından bu içi kabakların içine doldurun. Dilimlenmiş domatesleri kabakların üzerine kapatın. Dolmaları tencereye dizin ve sıvı yağı gezdirin, su ve salçayı karıştırarak dolmaların üzerinde gezdirin. Kısık ateşte pişirin.

[ML® Kabak Gondolu için tıklayın](#)

