



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI KABAK DOLMASI

6 adet orta boy kabak
1 adet kuru soğan
1 büyük çay bardağı bulgur
1 demet dereotu
1 çorba kaşığı salça
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 büyük çay bardağı zeytinyağı
Üzeri için:
Domates

Kabaklar güzelce yıkanır, başı ve sonu kesilir. Tam ortadan kesilir. Bir tatlı kaşığı yardımıyla içi oyulur. Çıkan kısım, robota atılır. Üzerine bir kaç parçaya kesilmiş soğan, dereotu eklenir. Tamamen parçalana kadar çekilir. Karıştırma kabına konur, üzerine salça, bulgur, karabiber, tuz ve zeytinyağı eklenir, harmanlanır. Karışım gevşek olarak kabakların içine doldurulur ve tencereye dizilir. Üzerlerine domates dilimleri bırakılır. 1 su bardağı sıcak su gezdirilir, kapak kapatılır. Orta ateşte 35 dakika pişirilir.