



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAVUN DOLMASI

<https://acunn.com>

1 adet kavun

İçi için:

1 adet soğan

2 yemek kaşığı tereyağı

400 gram kıyma

2 kahve fincanı baldo pirinç

1 avuç çiğ badem

1 avuç antep fıstığı

1 avuç kuş üzümü

1 avuç ince doğranmış dereotu

1 avuç ince doğranmış maydanoz

1 çay kaşığı kişniş

1 çay kaşığı yenibahar

Kavunlu sos için:

6 yemek kaşığı içi oyulan kavunun parçaları

1 yemek kaşığı tereyağı

1 tutam ince doğranmış dereotu

1 tutam ince doğranmış maydanoz

Öncelikle bir kase nin içerisine sert kabukları soyulmuş olan antep fıstıklar ını alın ve üstlerine sıcak su ilave edip yaklaşık 10 dakika bu şekilde bekletin, böylece dışlarındaki ince kabuğu rahatça soyabilirsiniz.

Bir başka kaseye kuş üzümle rini koyun ve onların da üstüne sıcak su koyarak, şişmeleri için yaklaşık 10 dakika bekletin.

Pirinci yıkayıp bir küçük tencereye alın, üstüne çıkacak kadar kaynar su koyun ve bu şekilde 5 dakika kaynatıp, altını kapatın ve süzdükten sonra bir kenara alın.

Tereyağını bir tavada kızdırın ve içine ince ince doğradığınız kuru soğanı ilave edip, soğanlar pembeleşene dek kavurun.

Pembeleşen soğanların üstüne kabuğunu soyduğunuz antep fıstıklar ını ve bademle ri ekleyip birkaç dakika daha kavurun.

Kuş üzümle rini süzün ve karışıma ilave edin. Kıymayı da ekleyerek, güzelce kavurun.

Kıyma iyice kavrulduktan sonra, sıcak suda 5 dakika haşladığınız pirinçle ri de ilave edip güzelce karıştırın.

İnce doğranmış maydanoz ve dereotunu da ekleyin, ardından baharatları da ilave edip güzelce harmanlayın ve ocağın altını kapatın. İç harcınız hazır.

Kavunu yıkayıp enine olacak şekilde ikiye bölün. İçindeki çekirdekleri bir kaşık yardımıyla çıkartıp atın ve daha sonra yine kaşık yardımıyla iç kısmını dikkatlice oyun.

Oyarken çıkan kavun parçalarını bir kenara ayırın. Güzelce oyduğunuz kavunun içini hazırladığınız iç harçla doldurun ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişmeye bırakın.

Kavun dolmanız fırında pişerken siz de sosunu hazırlayın; bir tavaya sos için gerekli olan tereyağını alın ve içine ayırdığınız kavun parçalarını ekleyip güzelce kavurun.

Ardından ince doğranmış birer tutam maydanoz ve dereotunu da ekleyin. Suyu da ilave edip, kavunlar iyice eriyip sos kıvamına gelene dek pişirin.

Pişirme süresinin sonunda fırından çıkarttığınız kavun dolmasını, yanında hazırladığınız kavun sosu ile birlikte sıcak olarak servis edin.



© lezzetler.com tarif no:154037 • adi:Kavun Dolması • gönderen:Yemekhane • indirme tarihi:06.04.2025 - 19:40