



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAVURMALI ŞALGAM DOLMASI

2 adet soğan
yarım demet maydanoz
250 gram kavurma
1 su bardağı pirinç
1 yemek kaşığı salça
2 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pulbiber
1 tatlı kaşığı nane
2 su bardağı su
2 yemek kaşığı margarin
8 adet şalgam

Soğanları ince ince doğrayın. Maydanozuda ince ince kıyın. Pirinci yıkayıp, Soğan, maydanoz, pirinç, kavurma, salça, 1 tatlı kaşığı tuz, baharat, nane, 1/4 su bardağı su ve yağ ile iyice karıştır.
Şalgamların kabuğunu soy, içlerini kenar kalınlığı 3-4 milimetre kalacak şekilde oy ve hazırlanan içle doldur.
Tencereye, açık kısımları üste gelecek şekilde diz.
Kalan suyu ve tuzu koy. Şalgam ve pirinçler yumuşayıncaya değin, yaklaşık 50 dakika pişir.
