



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KIŞ KABAĞI DOLMASI

### MALZEMELER

1 Kg Kabuğu Soyulmuş Balkabağı  
3 Çorba Kasığı Pirinç  
1/2 Kg Kuzu Kiyması  
1 Tütam İnce Kiyilmiş Taze Nane  
4 Çay Kasığı Kırmızıbiber  
1 Çorba Kasığı Salça  
2 Çorba Kasığı Tereyağı  
1 Tütam İnce Kiyilmiş Maydanoz  
Tuz

### YAPILIŞ TARİFİ

Balkabağını dilim dilim kesin. Çekirdeklerini temizleyin. Ortadan ikiye ayırın. Üzerindeki etli kısmın yarısını zarar vermeden kabaktan siyirin. Dilimin içini bir kasık yardımıyla oyun.

Pirinci yıkayın. Yağlı kuzu kiyması, ince kiyilmiş nane, rendelenmiş soğan ile tuzu, biber ve salçanın yarısını karıştırıp kabakların içine doldurun. Üzerine kabaklardan ayırdığınız parçaları kapatın.

Tereyağı, salça, tuz ve biberi bir tencereye alın. 2 dakika karıştırarak koyu bir sos elde edin. 1 su bardağı su ilave edin. Bir taşım kaynatın. Kabakları bir tencereye koyun. Hazırladığınız sosu üzerine dökün. Yumuşayana dek pisirin. Tencereden aldıktan sonra maydanozla süsleyip servis yapın.



Fotoğraf "Yüksel Gürbüz" tarafından gönderildi. 03.06.2015