



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURUTULMUŞ KABAKDA KAK DOLMASI

200 gram ince şerit kesilmiş kurutulmuş kara kabak

İç için:

100 gram yağlı koyun kıyması

1 bardak bulgur

1 tane kuru soğan

2 tane sivri biber

1 demet fesleğen

1 demet nane

1 demet maydanoz

1 kaşık tuz- karabiber

300 gram pirzola kemik

1 kase sarımsaklı yoğurt

1 kaşık margarin

1 kaşık pul biber

Şerit şeklinde kurutulmuş kabakları sıcak suda haşlayın, tüm malzemeleri incecik doğrayın iç malzemesini iyice karıştırın elinizi suya batırarak iç harcından ceviz büyüklüğünde alın kabak şeridine sarın, tencereye ilk önce pirzola kemiklerini dizin üzerine kabak şeritlere sarılmış dolmaları dizin ve 1 su bardağı su koyun iyice pişmesini sağlayın, Pişince üzerine sarımsaklı yoğurt dökün ve margarinle pulbiberi kızdırıp enson üzerine dökün.

