



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU SEBZE DOLMALARI

THY Skylife

Malzemesi:

- 1 dizi kuru patlıcan (15 adet)
- 1 dizi kuru kabak (15 adet)
- 2 adet ince doğranmış kuru soğan
- 2 adet ince doğranmış domates
- 1 adet ince doğranmış havuç
- 1 adet ince doğranmış kabak
- 100 g pirinç
- 2 yemek kaşığı biber salçası
- 1 su bardağı sızma zeytinyağı
- 1/4 demet ince kıyılmış maydanoz
- 1/4 demet ince kıyılmış dereotu
- 1 adet limon suyu
- 1 yemek kaşığı tuz
- 1 kahve kaşığı karabiber
- 2 yemek kaşığı nar ekşisi

Hazırlanışı:

İnce doğranmış soğan ve tüm malzemeleri bir kabın içinde iyice karıştırın. Pirinci yıkayıp diğer malzemelerin içine ilave edin. Kuru patlıcan ve kabağı sıcak suda 3-4 dakika haşlayıp süzün. Hazırlanan dolma harcını kuru sebzelere doldurun ve tencereye dizin. Zeytinyağı, tuz, limon ve suyu ilave edin. Yaklaşık 30 dakika ağır ateşte pişirin. Soğuyunca servis edin.