



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LORLU İNCİR DOLMASI

15 adet kuru incir
1 su bardağı tuzsuz lor
3 çorba kaşığı şeker
1 paket vanilya
Üzeri için:
1 çay bardağı şeker
1 su bardağı su

Lor, şeker ve vanilya karıştırılır. İncirlerin sapları kesilir. Koparmadan yatay olarak kesilir. Kesiklere lorlu iç doldurulur. Tencereye dizilir. Üzerine şeker ve su gezdirilir. Kapak kapatılır, kısık ateşte incirler yumuşayana kadar pişirilir. Soğuyunca ikram edilir.