



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTAR DOLMASI

6 adet büyük boy mantar
6 dal taze nane
1 çorba kaşığı tereyağı
1 su bardağı ince bulgur
1/2 demet maydanoz
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet közlenmiş kırmızı biber
Kimyon, kırmızı pul biber, nane

Mantarların içlerini tuz, karabiber ve tereyağı ile tatlandırıp 200 derecelik fırında 15 dakika pişirin. Bulgurun üzerine sıcak su döküp beş dakika şişmesini bekleyin. Kiyılmış maydanozu, doğranmış kırmızı biberi, baharatları ve zeytinyağını bulgurun üzerine ekleyip karıştırın. Bu karışımı da pişmiş olan mantarların içine doldurun.

