



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTAR DOLMASI

12 adet büyük mantar
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 adet küçük soğan
1/4 su bardağı dövülmüş badem
1 diş sarımsak
1 yemek kaşığı limon suyu
3 yemek kaşığı maydanoz
3 yemek kaşığı taze kekik
3 tatlı kaşığı biberiye
1 yemek kaşığı taze soğan (yeşil kısmı)
1/4 tatlı kaşığı karabiber
Tuz

Mantarların iç kısımlarını oyup, aldığınız iç kısmı, ince ince doğrayın. Badem, sarımsak, tuz, karabiber, limon suyu, maydanoz, kekik, biberiye, taze soğan ve zeytinyağını, blender yada mutfak robotuyla pürüzsüz bir karışım elde edene kadar karıştırın.

Bir tavada biraz zeytinyağını kızdırın, soğanı biraz kavurun. Mantar içlerini ekleyerek, 2 dakika kadar yumuşayana kadar pişirin.

Fırın tepsisini yağlayarak, mantarların alt kısımlarını aralıklı olarak dizin. Eşit miktarda pişen mantar karışımından koyup, üzerlerine baharatlı karışımı ekleyin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-15 dakika pişirin.

