



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI DOLMA

15 adet mantar
1 adet soğan
2 diş sarımsak
4 çorba kaşığı zeytinyağı
6 çorba kaşığı ince bulgur
1/2 demet kuzukulağı

Rendelenmiş soğanı yağda kavurun. Üzerine bulguru ve dövülmüş sarımsağı ekleyip çok az su ilave ederek pişirin. Bulgur biraz pişince, kuzukulağını ekleyin ve karıştırıp ocaktan alın. Mantarların içlerine çok az zeytinyağı damlatıp fırında 10 dakika pişirip çıkarın, bulgurlu karışımı içine doldurun.