



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PATATES ŞALGAM DOLMASI

250 gr kıyma
4-5 adet soğan
5-6 orta boy patates
5-6 orta boy şalgam
1 ay bardağı pirinç
1 orba kaşığı kuş üzümü
1 orba kaşığı fıstık
1 demet maydanoz
1 ay bardağı sıvıyağ

Patates ve şalgamlar yıkanıp bir tencerede haşlanır ve ardından kabukları soyulur. Bir kaşıkla patateslerin ve şalgamların içi oyulur. Şalgamlar büyük boy ise ortadan ikiye bölünerek ileri oyulup dolmalık hazırlanırlar. Soğanlar soyulup ince ince kıyılır ve bir miktar yağda kavrulur. Kıyma ve tuz da ilave edilir; ardından yıkanmış pirinç, fıstık, kuş üzümü ve karabiber katılıp kavrulur. Doğranmış maydanoz katılıp ateşten alınır. Hazırlanan kıymalı i, şalgam ve patateslerin içine doldurulur. Dolmalar tencereye dizilir. 1 kaşık salça su ile karıştırılıp, dolmaların üzerine gezdirilir. Kısık ateşte pişmeye bırakılır. Pişerken üzerlerine bir miktar yağ gezdirilir.