



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATESLİ SARDALYA DOLMASI

6-8 kişilik
2 kg sardalya
500 gram patates
3 diş sarımsak
un
3 yumurta
maydanoz ve taze kişniş
1 kırmızı biber
1 çay kaşığı kimyon tohumu
1 çay kaşığı kırmızı biber
kızartma için yağ
tuz

Sardalyaların içini; başı ve kılçığı ile birlikte çıkartıp, yanyana iki fletto elde edin (fletoları koparmayın). Akarsuda yıkayın bir bezle kurulayın. Patatesleri haşlayın, soğutun, soyun, bir kaseye rendeleyin. Kasenin içine; kıyılmış maydanoz, kişniş, sarımsak ve yumurtaları kırarak püreyi iyice birbirine yedin. Daha sonra, kimyon, kırmızı biber ve tuzu katıp iyice karıştırın. İkiye açılmış kılçıksız sardalya fletosunun üzerine bu püreden koyup üzerine ikinci sardalyayı kapatın. Hazırladığınız bu dolmaları bol unlayarak kızgın tavada kızartın. Limon dilimleri ile süsleyerek servis yapın.