



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PEYNİRLİ ETLİ KABAK DOLMASI

10 adet dolmalık kabak  
250 gr lor peyniri  
250 gr küçük kuşbaşı dana et  
2 yemek kaşığı margarin  
Yarım su bardağı süt  
1 kök dereotu  
2 tatlı kaşığı tuz  
100 gr rendelenmiş kaşar  
1 baş kuru soğan  
1 adet domates  
2 yemek kaşığı sıvıyağ

Dolmalık kabakları iki tarafından kesip hafif haslayın, sonra içlerini çıkartıp soğumaya bırakın, başka bir tencereye sanayağı ve sıvıyağ konulur jülyen doğranmış soğan pembeleşene kadar kavrulur sonra üzerine dilimlenmiş domates eklenir biraz kavrulduktan sonra et eklenir etler hafif kararınca süt, ve tuz eklenip etler pişmeye bırakılır, etler pişince tencere kapatılır ve hafif ılımaya bırakılır, lor peyniri etli içle karıştırılıp tek tek kabakların içine doldurulur, doldurulan kabakların üzerine dereotundan parçalar konulur, üzeri kaşar peyniri ile kaplanır ve kabağın sapları ile kapatılır, içine kabakların 4 te birine gelecek şekilde su doldurulmuş borcama dizilir ve pişene kadar 150 c fırında pişirilir

