



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PORTAKAL SUYUNDA ŞALGAM DOLMASI

- 2 yemek kaşığı margarin
- 6 adet şalgam
- 1 çay kaşığı kimyon
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 su bardağı bulgur
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 2 adet kuru soğan
- 3 adet portakal
- 2 çay bardağı su

Dilimlenmiş şalgamları tuzlu kaynar suya atın ve hafif yumuşayınca kadar 10 dakika haşlayın, sudan çıkartın soğumaya bırakın.2 yemek kaşığı sana margarinde soğanları hafif kavurun. Bulguruda alıp 2 dakika daha kavurun. Tuzunu ve kimyonu atıp ocağı kapatın.Dilimlenmiş haşlanmış şalgamların arasına bu içten sarın.tencereye dizin.3 adet portakalın suyunu sıkın.Tencereye dizdiğiniz şalgamlara bu portakal suyunu ekleyin. 2 çay bardağı daha su ekleyerek 30 dakika kısık ateşte pişirin.



Fotoğraf "davul" tarafından gönderildi. 15.10.2016