



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SALATALIK DOLMASI

12 adet salatalık
1 su bardağı bulgur
Yarım su bardağı pirinç
5 dal taze soğan
Yarım bağ maydanoz
1 adet domates
1 yemek kaşığı salça
1 fincan zeytinyağı
1 yemek kaşığı sumak
Kırmızı pul biber
Karabiber
Tuz

Salatalıklar dikkatli bir şekilde delmeden oyulur.

İçerisine, pirinç ve bulgur yıkanarak karıştırma kabına alınır.

Maydanoz kıyılır, soğan ve domates doğranarak pirinç ve bulgurların üzerine eklenir.

Salça, pul biber, karabiber, tuz, zeytinyağı ve nar ekşisi de eklenerek harç iyice karıştırılır.

Harç oyulan salatalıkların içine yarıyı biraz geçecek kadar doldurulur, bir tencereye dik olarak dizilir.

Dolmaların ağzına birer parça domates konarak kapatılır.

1 yemek kaşığı salça sulandırarak tenceredeki dolmaların bir santim altında kalacak kadar ilave edilir.

Tencere hızlı ayeşe konur, kaynayınca ateş kısılır, tamamen piştişden sonra ateşten alınır, ılıdıktan sonra servise sunulur.

