



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞALGAM DOLMASI (ERZURUM)

Beyaz şalgam (orta boy) 1 kg
Dana kıyma 400 gr
Kum soğan 2 orta boy
Pirinç 1 kahve fincanı
İnce bulgur iri kahve fincanı
Domates salçası 1 yemek kaşığı
Kırmızı pul biber
Karabiber
Tuz
Nane 1 ay kaşığı
Tereyaęı 100 gr
Sarımsak 3 diş

Şalgamlar yıkanıp, patates gibi soyulur.

Yarım santim kalınlığında halkalar kesilir.

Kaynamış suya atılarak 10 dakika haşlanır.

Kıyma, soğan, pirinç, bulgur, salça, tuz, nane, pul biberle birlikte yoğrulur.

Kesilen şalgam dilimleri büyüklüğünde yassı, yuvarlak köfteler yapılır.

Tencerede tereyağın yarısı eritilir.

Şalgam dilimlerinin araşma birer köfte koyarak tencereye balık sırtı gibi tek sıra dizilir. Yarım su bardağı eklenir 40 dakika pişirilir.

Servis tabağına alınıp üzerine sarımsaklı yoğurt ve salçalı, naneli tereyağı ilave edilir.