



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞALGAM DOLMASI

6 kişilik
1 kg şalgam
200 gram kıyma
1 çay bardağı bulgur
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı sıvıyağ
Tuz
Karabiber
1'er çorba kaşığı tereyağı ve salça
Reyhan otu
Yeterince sıcak su

Kıymayı bir kaba alın. Soğanı rendeleyip, ilave edin. Bulgur, sıvıyağ, tuz ve karabiberi ekleyip, karıştırın. Şalgamları soyup, yarım cm kalınlığında dilimleyin. 10 dakika haşlayın. Kıymalı harçtan, dilim şalgamların büyüklüğünde köfteler hazırlayın. Köftelerin her birini iki şalgam diliminin arasına koyarak, genişçe bir tencereye dizin. Üzerine tereyağında kavrulmuş salçayı ekleyin. Yeterince su ilave edin. Şalgamlar yumuşayana dek pişirin. Üzerine reyhan otu serpip, servis yapın.