



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAK SOSLU DOLMA

10-15 adet küçük boy kabak
200 gram kıyma
1 adet soğan
1,5 çay bardağı pirinç
1 çorba kaşığı salça
1 damat maydanoz
Yarım demet dereotu
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Nane, tuz, karabiber
Sarımsaklı sosu için:
6 diş sarımsak
1 adet limon suyu
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 çay bardağı dolmanın pişme suyu

Kabakların içlerini dikkatlice oyun ve yıkayıp bir kabın içine ters çevirin. Maydanozu ve dereotunu da ince bir şekilde kıyın. Üzerine salça, kıyma, yıkanmış pirinç, rendelenmiş soğan, baharatlar ve zeytinyağını koyup 1 çay bardağı su ekleyin ve harcı karıştırın. Kabakların içine doldurup tencereye sıralayın ve üzerine 2 su bardağı su koyup orta ateşte 35 dakika pişirin. Dolma pişerken sarımsakları rendeleyip bir kaseye alın. Üzerine nane ve limon suyu ilave edin. Servis yapmadan önce dolmanın suyundan sarımsaklı kabın içine koyun ve tekrar tenceredeki dolmaların üzerine gezdirip servis yapın.