



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞİHİLMAHŞİ (HATAY)

Lütfiye Yavuz

10 adet küçük kabak
250 gr kıyma
1 yemek kaşığı domates salçası
1 kuru soğan
1 avuç haşlanmış, kabukları soyulup ikiye ayrılmış nohut
Tuz
Karabiber
1 kâse yoğurt
1 kaşık sıvıyağ
Sarımsak

Kabakların dip ve sağ kısımları kesilir.
Kabak oyacağıının testere kısmıyla kabuğu oluklu biçimde kazınır. Dolma oyacağıyla içi bir parmak oyulur.
Kabaklar kızdırılan yağda pembeleştirilerek kızartılır.
Kıyma ve yağ suyunu salıp çekinceye kadar karıştırılır. İnce kıyılmış soğan ve salça ilave edilerek kavrulur.
Altı kapatılarak tuz ve karabiber ilave edilir.
İkiye ayrılmış nohutlar ilave edilerek karıştırılır.
Harç, kızartılmış kabakların içine doldurulur.
Doldurulmuş kabaklar düzgün bir şekilde yayvan bir tencereye dizilir.
Salçalı su hazırlanır, kabakların üzerinde gezdirilir, dolmalar yumuşayınca kadar pişirilir.
Servis sırasında sarımsaklı yoğurt ilave edilir. Pirinç pilavıyla servis edilir.