



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ŞIHİL MAHŞİ (KİLİS)

12 adet dolmalık kabağın içini kaşıkla çıkarın.

İçi boş kabakları daha önceden kızdırdığınız 1 çay bardağı sıvı yağda hafif yumuşayana kadar kızartın.

1 kilo dana kıymayı uygun büyüklükte bir tencerede yarım çay bardağı ayçiçeği yağı ile orta ateşte kavurun.

Kıyma suyunu salmaya başlayınca 2 adet küp küp doğranmış soğanı ve 50 gram domates salçasını ilave edin. Bir tatlı kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı karabiber de ekleyerek lezzet kazandırın.

Daha sonra 50 gram kadar haşlanmış nohudu ilave edip karıştırın ve ocaktan alıp soğumaya bırakın.

Kıyma soğuyunca doğranmış 1 tutam maydanozu ilave edin ve harcı güzelce karıştırın.

Bir yemek kaşığı yardımıyla harcı, kızarttığınız dolmalık kabakların içine dikkatli bir şekilde paylaşın.

Doldurduğunuz kabakları fırın tepsisine dizin. 50 gram domates salçasını bir miktar sıcak su ile çözdükten sonra kabak dolmasının üzerine doğru gezdirerek tepsiye dökün.

Daha önceden ısıttığınız 180 derece fırında 35 dakika kadar kontrollü olarak pişirin.

İsteğe göre üzerine sarımsaklı yoğurt gezdirerek servis edin.

