



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SU KABAĞI DOLMASI

Yarım kg. yağlı kıyma
5 adet küçük su kabağı
2 su bardağı pirinç
1 adet iri kuru soğan
1 yemek kaşığı salça
1 baş sarımsak
karabiber, kırmızı biber, tuz
2 limon suyu
su

Kabakların kabukları kazınır, içi oyularak yıkanır. Bir kaptaki kırmızı biber, tuz ve karabiber karıştırılır. Oyulmuş kabakların içine sürülür. Diğer tarafta pirinç yıkanır, içine kıyma, ince doğranmış soğan ve sarımsak, salça karabiber, tuz, kırmızı biber ve biraz limon suyu konularak iyice karıştırılır. Yapılan bu karışım, her kabağın yarısını gelecek şekilde doldurulur ve ağzı 1 dilim domatesle kapatılarak tencereye dizilir. Üzerine tuz eklenir ve dolmaların boyu kadar su konur. Tencerenin ağzı kapatılarak ocağa konur, kaynamaya başladığında ateş kısılır ve hafif ateşte pişmeye bırakılır. Pişmeye yakın üzerine limon suyu veya suda eritilmiş limontuzu gezdirilir, bir iki taşım daha kaynatıldıktan sonra ocaktan alınır.