



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YARMALI PATLICAN DOLMASI

4 adet muntazam patlıcan  
1 su bardağı aşurelik yarma  
1 çay bardağı ince bulgur  
200 gr kıyma  
1 adet kuru soğan  
1 çorba kaşığı tereyağı  
1 çorba kaşığı salça  
Yarım demet dereotu  
Yarım demet taze nane  
1 tatlı kaşığı tuz  
Yarım tatlı kaşığı karabiber

Yarma akşamdan ıslatılır. Ertesi gün dağılmayacak şekilde haşlanır. Patlıcanlar güzelce yıkanır. Soyulmadan enine 3 parçaya kesildikten sonra oyma aleti yardımıyla oyulur. İç için soğan, dereotu ve nane çok çok ince kıyılır. Yıkanmış bulgur, haşlanmış yarma, tuz, salça, karabiber, kıyma ve yumuşak tereyağı ilave edilir, karıştırılır. İç oyulmuş patlıcanlara doldurulur. Her dolmanın üzerine çıkan içlerden konur. 1 su bardağı su eklenir. Kapak kapatılır. Yaklaşık olarak 45 dakika pişirilir.