



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KABAK DOLMASI

4 adet orta boy kabak
1 adet soğan
4 adet taze soğan
2 adet domates
1 adet sivri biber
250 gr pirinç
5 çorba kaşığı ravika zeytinyağı
1 çorba kaşığı nar ekşisi
yarım demet maydanoz
tuz, karabiber

Kabakları yıkadıktan sonra içlerini oyun. Kuru soğanı, yeşil soğanı, maydanozu ve biberi yemeklik doğrayın. Domatesleri rendeleyin. Bir kaptaki yıkamış olduğunuz pirinçlerin içine bu malzemeleri koyun. Üzerine zeytinyağı, nar ekşisi, tuz ve karabiberi de ilave edip iyice harmanlayın. Bu karışımı kabakların içine koyup kabakları bir tencereye yerleştirin. Suyunu da ilave ettikten sonra kısık ateşte 30 - 40 dakika pişirin. Soğuduktan sonra dilimleyip üzerine zeytinyağı gezdirip servis yapın.

