



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KURU BİBER VE PATLICAN DOLMASI

Kurutulmuş dolmalık biber, patlıcan, kabak

3-4 bardak piring

2-3 adet büyük boy kuru soğan

Salça veya domates rendesi

Maydanoz

Dolmalık üzüm, dolmalık fıstık (istenirse)

İstenen baharatlar (tuz, karabiber, nane, maydanoz)

Sızma zeytinyağı

Kurutulmuş dolmalık biber, patlıcan, kabak ayrı ayrı kaynar suda yumuşayana kadar haşlanır, suyu süzülür, soğutulur. (sebzeler çok yumuşamamalı)

Dolma içi hazırlanır, kurutulmuş sebzelerin içine bastırılmadan doldurulur (Dolma içi kavrulup, pişirilmez).

Sebzelerin ağız kısımları içeri doğru kıvrılıp kapatılır.

Tencerede zeytinyağında 1 yemek kaşığı salça kavrulur. Dolmalar yan yatmayacak şekilde yerleştirilir.

Dolmaların içine girmeyecek şekilde, yaklaşık yarısına kadar su ilave edilir. Önce orta ateşte, su fokurdayana kadar kaynatılır. Ardından ocağı yavaşça alıp pişirilir. Ocağın altı kapatıldıktan sonra 1 saat kadar dinlendirip servis yapılır.