



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI PATATES DOLMASI

Malzemeler:

3 adet iri patates
1 adet orta boy kabak
1 adet orta boy havuç
4-5 yemek kaşığı mantar
1 kase haşlanmış bezelye
1 çay bardağı zeytinyağı
2 su bardağı sıcak su
1 çay kaşığı toz şeker
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
Yeteri kadar tuz
Patatesleri kızartmak için sıvı yağ

Hazırlanışı:

Patateslerin kabuklarını soyarak içlerini oyun. Yağda kızartın. Kabak, havuç, mantar ve bezelyeleri zeytinyağında soteleyin. Üzerine 2 su bardağı sıcak su, tuz ve 1 çay kaşığı toz şekeri ilave edip pişirin. Maydanoz ve dereotunu ince ince kıyın. Sebzelere ekleyin. Patateslerin içini hazırladığınız harçla doldurun. Önceden ısıtılmış 200 derecelik fırında 10 dakika pişirin. Soğuk olarak servise sunun.