

Bulgurlu Ve Firikli Dolma

Malzemeler

icleri oyulup temizlenmis kabak ve dolmalik biber
1 su bardagi pilavlik bulgur
1 su bardagi firik
2 adet kucuk boy sogan
5 dis sarimsak
yarim demet maydonoz
2 adet buyuk boy domates
2 yemek kasigi domates salcasi
1 tutam nane
1 tutam karabiber
yarim cay bardagi nar eksisi
1 su bardagi aycicek ve zeytinyagi karisimi
bir tutam tuz

Yapilisi

Oncelikle bulgur ve firik yikanarak genisce bir kaseye alinir.uzerine ince bir sekilde kiyilmis sogan,sarimsak,domates,maydonoz ilave edilir. Ardindan salcasi,eksisi,yagi ve baharatlari eklenerek dolma harci karistirilir.
oyup temizledigimiz kabak ve biberler usten bir parmak bosluk kalacak sekilde ic harcla doldurulur,domates kabuklariyla agzi kapatilarak genisce bir tencereye dizilir.dolmalarin uzerine bir tutam tuz ve kuru nane serpilir.tencerenin yarisina kadar su doldurulur,kaynadiktan sonra alti kisilir,yavas yavas pisirilir.
pistikten sonra kalan suyu suzulup dolma 15 dk kadar dinlendirilir ve servis tabaklarina alinarak afiyetle yenir.ellerimize saglik