

# Isparta Reyhanlı Bulgur Patlıcan Dolması

Toplam 50 dk Hazırlama 22 dk · Pişirme 28 dk 5 kişilik Orta ~182 kcal Açılış 5/10

Isparta reyhanlı bulgur patlıcan dolması patlıcan, reyhanlı bulgurla doldurarak yazlık ve dengeli bir tencere yemeği kurar.

## Malzemeler

- 5 adet Patlıcan
- 1.5 su bardağı İnce bulgur
- 0.3 demet Reyhan
- 1 su bardağı Domates rendesi
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 çay kaşığı Tuz

## Yapılış

- Patlıcanları tuzlayıp 10 dakika bekletin.
- Bulgur, doğranmış soğan, domates, reyhan ve zeytinyağı karıştırın.
- Patlıcanları kaynar suya koyun, niç harcı gevşek doldurun.
- Dolmaları tencereye dizin ve sıcak suyu yarım seviyeye kadar ekleyin.
- Kısık ateşte 25 dakika pişirin.
- 10 dakika dinlendirin, bulgur şişerken patlıcanlardağılımsın.

### PÜF NOKTASI

Patlıcanlarının çok inceltmemek pişerken formunu korumasına yardımcı eder.

### SERVİS ÖNERİSİ

Dolmaları kebabın, yanına yoğurt ve reyhan yaprakları koyun.

## Alerjenler

Gluten