



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

Gefüllte Mülebbes

Mülebbes Dolması



1 kg gerade Auberginen
1 Glas Reis
1 ½ Gläser Hackfleisch
2 Zwiebel
1 Espressotasse Öl
2 Eier
2 EL Mehl
½ Bunt Petersilie
1 ½ KL Salz
1 TL Pfeffer
1 Glas Bratöl

Auberginen an der Kopfseite enthaupten(nicht wegwerfen), zum Füllen aushöhlen, bevor man die Auberginen schält für eine halbe Stunde in Salzwasser legen.

Zwiebel fein hacken, dazu ausgewaschenen Reis, Hackfleisch, Salz, Pfeffer und Öl geben und zusammen mischen. Am Schluß fein gehackte Petersilie geben und vorsichtig ohne den Reis zu beschädigen umrühren und ein Glas Wasser einfüllen.

Die Füllmasse in die abgetropften und ausgehöhlten Auberginen füllen (2/3 der Auberginen füllen denn der Resi geht noch auf). Die Auberginen mit den Kopfteilen schließen.

In einem tiefen Teller Ei und Mehl verquirlen, die Auberginen in diese Mischung eindunken und in ein wenig erhitztem Öl halb durch anbraten.

Angebratene Auberginen in einen Topf einreihen, darüber 2 Gläser warmes Wasser gießen und die Auberginen weich kochen.

Warm servieren.

Tipp: Mülebbes ist ein Gericht der osmanischen Küche und wird deshalb ohne Tomatenmark zubereitet.