



## Фаршированные булгуром кабачки

Bulgurlu Kabak Dolmasi



6 шт. кабачков  
1 стакан булгура (измельченная пшеница)  
250 гр. фарша  
1 луковица  
1 ст.л. томатной пасты  
1 ст.л. перечной пасты  
Пол пучка петрушки  
Пол пучка укропа  
1 ч.л. черного молотого перца  
1 ч.л. мяты  
1 ч.л. соли  
1,5 стакана растит. масла  
2 стакана воды  
Сверху:  
2 помидора

- # Кабачки очистить и разрезать поперек на 3 части. Затем ложкой высекести середину.
- # Лук мелко порезать и пожарить немного с солью. К луку добавить мелко рубленый укроп и петрушку, фарш, пасту, мяту, 0,5 стакана растит. масла, соль и 0,5 стакана воды, хорошо вымесить.
- # Нафаршировать кабачки не утрамбовывая, поставить в кастрюлю и накрыть сверху долькой помидора. Полить оставшимся маслом.
- # Поставить кастрюлю на средний огонь, закрыть крышкой и готовить без воды 10 минут.
- # Затем добавить 1,5 стакана горячей воды, закрыть крышкой и варить на медленном огне 30 минут.
- # Подавать горячим.

Серединку кабачков можно приготовить с оставшимся фаршем.