



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

---

## Рулетики из кабачков

Kabak Sarması



5 шт. кабачков  
2 средние луковицы  
300 гр. фарша  
1 стакан булгура (измельченная обработанная пшеница)  
1 ст.л. томатной пасты  
0,5 ст.л. перечной пасты  
0,5 стакана растит. масла  
Пол-пучка укропа  
Пол-пучка петрушки  
1 ч.л. сушеной мяты  
2 ч.л. соли  
1,5 стакана воды

# Кабачки почистить, в длину тонко порезать.

# На столешнице разложить бумажное полотенце, сверху положить ломтики кабачков, в несколько слоев. Каждый слой посыпать солью.

# Оставить кабачки на 20 минут.

# Лук мелко порезать, добавить в булгур и хорошо вымесить. Добавить фарш, половину масла, половину томатной и перечной пасты, мяту и мелко рубленную зелень. Месить минут 10.

# Кабачки промокнуть сверху бумажным полотенцем, чтобы собрать излишки влаги.

# На край кабачка положить начинку, скатать рулетом и положить в кастрюлю. Нафаршировать таким образом все кабачки.

# Смешать оставшийся томат и масло, добавить воды и полить сверху кабачки.

# Кастрюлю закрыть крышкой, когда закипит, убавить огонь, варить 25 минут.

# Снять с огня, подавать минут через 10.

Также можно приготовить используя баклажаны.