



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

Хелеп долмасы

Helep Dolması



20 шт. высушенных баклажанов для фаршировки
20 шт. высушенных перцев для фаршировки
300 гр. фарша
2 луковицы
1 стакан риса
1 ст.л. томатной пасты
2 ст.л. слив. масла
1 ст.л. сухой мяты
1 ч.л. черного перца
1 ч.л. соли
1 кофейная чашечка уксуса
3 стакана воды

- # Баклажаны и перец поотдельности положить в кипящую воду и варить пока станут мягкими.
- # Лук мелко порезать, пассировать в масле до прозрачности, добавить фарш, помешивать пока испарится жидкость из фарша.
- # Добавить томатную пасту, помешивать несколько минут, затем добавить рис, черный перец и соль.
- # Пассировать еще 3 минуты, затем добавить мяту и 0,5 стакана воды. Закрыть крышкой, снять с огня, дать настояться 20 минут.
- # Нафаршировать не туго баклажаны и перец. Затем перец вставить в баклажаны (закрыть как капсулу) и положить в кастрюлю, накрыть крышкой и дать постоять на среднем огне 5 минут.
- # Затем добавить горячей воды, закрыть крышкой, когда закипит, огонь убавить, готовить 25 минут.
- # Перед тем как снять с огня, сбрызнуть уксусом.
- # Дать настояться 15 минут.

Рецепт принадлежит г. Анкара. "Хелеп" местное название сушеных баклажан.