



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBER DOLMASI (BİNGÖL)

Bingöl İl Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

1 kilo dolmalık biber
Yarım kilo pirinç
5 adet domates
1 adet soğan
1,5 bağ maydanoz
Tuz
İsteğe göre baharat
Sıvı yağ
İsteğe göre zeytinyağı

İlk olarak dolmalık biberlerin içini temizleyin, daha sonra iyice yıkayın. Pirinçleri yıkadıktan sonra geniş bir kaba alın, içine inci inci doğranmış maydanoz ve soğanı ekleyin. domateslerin kabuğunu soymadan kapak şeklinde yuvarlaklar kesin ve geri kalan domatesin içini küçük küçük doğrayarak pirinçlerin üzerine ekleyin. Tuzu ve baharatları ekledikten sonra sıvıyağı isteğe göre zeytinyağını ekleyin. iyice karıştırın ve biberlerin içini doldurun. Doldurduğunuz biberlerin ağzını, kestiğiniz yuvarlak domatesler ile kapatın. tencereye sıraladıktan sonra pişirin.

