



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBER DOLMASI (MALATYA)

Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 su bardağı pirinç veya bulgur
300 gr. kıyma
yarım demet maydanoz
yeteri kadar tuz
biber
2-3 ba  soğan
1 kg dolmalık biber
3-4 ka ık ya 

Dolmalık biberlerin içi oyulur ve yıkanır. Sonra pirinç veya bulgurdan i  hazırlanır. İçin hazırlanışı: Bulgur alınır, bir tepside ıslanır. Maydanoz, toz biber, kıyma eti, tuzu eklenir ve soğan doğranır. Bunlar beraberce yo rulur. Hazırlanan i le biberlerin içi doldurulur. Tencereye dizilir. Bir kenarından ya  eritilip koyulur. Suyu eklenir. Altı hafif yakılır. Pi ince indirilip tabaklara alınır.

