



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİBER DOLMASI

www.annemutfagi.com

6 tane dolmalık biber
1 domates
2 su bardağı pilavlık bulgur
1 adet soğan
3 diş sarımsak
2 yemek kaşığı salça
200 gram kıyma
Sıvı yağ
Zeytinyağı
Nane
Karabiber
Tuz

Dolmalık biberlerimizi yıkayıp üst kısmını yuvarlak şekilde kesip hazır edelim. Saha sonra soğan ve sarımsakları ince ince doğrayıp yıkanmış bulgurun içine katalım. Kıyma, salça, tuz, baharatlar ve yarım çay bardağı sıvı yağ ile iyice karıştıralım.

İyice karıştırdıktan sonra biberlerin içini dolduralım. Bir tencereye, iki su bardağı su, bir yemek kaşığı salçayı karıştırıp tencerenin dibine dökelim. Biberlerimizi dizelim. Biberlerin üstüne birer parça domates ve kestiğimiz biber kapağını yerleştirelim.

Üzerine bir yemek kaşığı zeytinyağı gezdirip tuzunu da ayarladıktan sonra önce yüksek sonra kısık ateşte dakika pişirelim.

