



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ DOMATES DOLMASI

MALZEMELER

12 Orta Boy Domates
1/2 Su Bardağı Pirinç
2 Orta Boy Sogan
1/2 Demet Maydanoz
1/2 Demet Dereotu
1 3/4 Su Bardağı Kiyma (orta yağlı)
2 Tatlı Kasığı Tuz
1 Yemek Kasığı Nane
1 Tatlı Kasığı Kara biber
1 Yemek Kasığı Margarin
1/4 Su Bardağı Su

YAPILIŞI

Sebzeleri yıka. Domateslerin sap tarafından birer kapak kes, içlerini çıkar.

İçin 1/3'ünü yarım santimetre küp irilikte doğra.

Pirinç yıka, süz. Soganı soy, yıka, ince ince doğra. Maydanoz ve dereotunu ayıkla, ince ince kiy. Pirinç, soğan, maydanoz, dereotu, kiyma, tuz, nane, kara biber, yağ ve doğranmış domates içini karıştır.

Domatesleri bu içle doldur. Kesilen kapakları üzerlerine yerleştir.

Yayvan fırına girebilecek bir tencereye, açık yönleri üste gelecek şekilde diz. 1/4 su bardağı sıcak su koy, kapagi kapat. Önceden ısıtılmış orta sıcaklıktaki fırında pirinçler yumuşayınca değin yaklaşık 45-50 dakika pişir.

ML® Pürelı Domates Dolması (görsel)