



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## TAVUK DOLMASI

1 Su bardağı pirinç  
6 Çorba kaşığı sade yağ  
1 iri tavuk  
1 Soğan rendesi  
1 Çorba kaşığı çam fıstığı  
Karabiber  
Tarçın  
Bahar  
Tuz  
1 Çorba kaşığı kuş üzümü

Pirinç, ayıklandıktan sonra yıkanır, ılık suda 20 dakika bırakılır. Bir tencereye, 2 kaşık sade yağ konur, soğan hafif kavrulur, üzüm, çam fıstığı, küçük doğranmış tavuk ciğeri, tuz, biber, bahar ve süzölmüş pirinç yağa ilâve edilir. Hafif ateşte, bir iki defa çevrilir ve 1 bardak su ile kabartılır. Böylece iç hazırlanmış olur. Tavuk alevli ateşte ütölenir, temizlenir, yıkanır, yapılan içle doldurulur. Açılan yer dikilir. Kanaat ve bacaklar gövdeye bağlanır, bir tencereye tavukla beraber su konarak pişirilir, sonra da 3 kaşık sade yağda kızartılır.

[ML® Hindi Dolması için tıklayın](#)

---