



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

ETLİ BİBER DOLMASI

Malzeme :

1/2 kg. dolmalık biber,
250 gr. kıyma,
1 avuç pirinç,
1 adet soğan,
2 adet domates,
yarım demet maydanoz,
tuz,
karabiber,
1 kaşık yağ.

Yapılışı:

- 1- Biberleri yıkayıp sap kısmının yanm cm. aşağısından kesip içini temizleyip yıkayınız.
- 2- Etli dolma içini hazırlayınız.
- 3- Biberlerin içine sıkıştırmadan doldurunuz.
- 4- Ağızlarına domates koyup bir tencereye biberlerin ağızları yukarı gelecek şekilde yerleştiriniz.
- 5- Kafi miktar su biraz sulandırılmış salça veya 1 domates suyu koyup pişiriniz, suyu azalınca su koyabilirsiniz.
- 6- Pirinçler uzayınca, biberlerde yumuşayınca ateşten alınız.
- 7- Servis tabağına çıkarıp üzerine de kafi miktarda suyundan koyup servis yapınız.

İçin Yapılışı:

- 1- Kıymanın içine incecik doğranmış 2 adet soğanı koyunuz.
- 2- Pirinci ayaklayıp yıkayıp kıymaya ilave ediniz.
- 3- Domateslerin kabuğunu soyup fındık büyüklüğünde doğrayıp kıymaya katınız.
- 4- Maydanozu ayıklayıp yıkayıp kıyıp kıymaya katınız.
- 5- Tuzu, karabiberi, et yağsızsa 1 kaşık yağ koyup kıymayı iyice karıştırınız.
- 6- Sert olmaması için azıcık suyla sulandırıp biberlerin içine doldurunuz.