



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BİBER DOLMASI

Malzemeler:

½ kg. dolmalık biber
300 gr. orta yağlı kıyma
2 corba kasığı pirinç
2 orta boy soğan
3 orta boy domates
8-10 dal maydanoz
1 tatlı kasığı tuz
¼ çay kasığı karabiber
İç için: ½ kg. orta yağlı kıyma
3 corba kasığı pirinç
2 orta boy soğan
3 orta boy domates (veya ½ corba kasığı salça)
8-10 dal maydanoz
1 tatlı kasığı tuz
¼ çay kasığı karabiber

Yapılışı:

- 1) Kıymayı derin bir kaba koyunuz. İçine ince kıyılmış soğan, maydanoz, pirinç, kabukları çıkartılıp fındık büyüklüğünde doğranmış domates, tuz ve karabiber ilave edip karıştırınız. (Domates olmadığı zaman ½ corba kasığı salçayı bir çay bardağı su ile sulandırıp katınız.)
- 2) Biberleri yıkayıp sap kısmını içine bastırarak çıkartınız. Çekirdeklerini bosaltıp, içleri doldurunuz. Ağzına domatesten kesilen kapakları ortunuz.
- 3) Kapak kısımları uste gelmek üzere tencereye yerleştiriniz. Biraz tuz ve karabiber serpip üzerine 2 su bardağı kaynar su dokunuz. Hafif hararetli ısıda 30-35 dakika pisiriniz.

[ML® Ankara Dolması için tıklayın](#)