



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BİBER DOLMASI

1 kilo dolmalık biber
3 kaşık pirinç
500 gram kıyma
2 kaşık sadeyağ
300 gram domates
Yeteri kadar tuz
maydanoz

Biberlerin kapakları çıkarılır. Kıyma hazırlanır. Biberler hafif tuzlu suda yıkandıktan sonra doldurulur. Bir kap içinde bir baş soğan, iki kaşık yağda kavrulur. Domates ve su ilâve edilerek biberin üzerine konur. Hafif ateşte pişirilir.

[ML© Ankara Dolması \(görsel\)](#)