



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ PIRASA DOLMASI

10 adet iri pırasa
1/2 tatlı kaşığı tuz
1 çorba kaşığı tepeleme yağ
1,5 su bardağı et suyu (yoksa su)
2 orta boy soyulmuş soğan
İçi:
10 adet orta boy ince kıyılmış soğan (1 kilo)
3 kahve fincanı ıslatılıp, temizlenmiş pirinç (150 gram)
3/4 su bardağı et suyu (veya su)
1 çorba kaşığı tuz
Az karabiber
500 gram az yağlı koyun veya kuzu kıyması
1/2 şer bağ birlikte kıyılmış dereotu, maydanoz, nane (veya kuru nane)

İçi için, küçük bir tepsiye soğan ve tuzu ilâve ederek elinizle kuvvetlice, soğanlar iyice ölünceye kadar, 5 dakika ovunuz.

Pirinci ilâve ederek 2 dakika daha ovmaya devam ediniz.

Sonra, bütün malzemeyi ilâve edip iyice karıştırınız.

Bir tencereye bolca kaynar su koyup kaynatınız. Pırasaların başını 1 santim yukarıdan ve yeşil kısmını keserek atınız ve pırasayı düzgünce boyuna ortadan ayırınız.

Ortadan çıkacak göbeği ayırıp atınız. Diğerlerini yaprak yaprak ayırıp ağır ateşte kaynar suyun içinde 1 dakika haşlayıp soğuk suyun içine çıkarınız.

Pırasa yapraklarını teker teker alıp bir ucuna cevizden biraz küçük dolma içi koyarak yukarıdan aşağıya bir sağa bir sola muska sarar gibi sarınız. Son ucunu altına getirerek küçük bir kuşhaneye diziniz.

Üzerine çiğden yağı ve ortadan keserek soğanları, tuzu, varsa kabuğu soyulup kıyılmış bir domates ve suyunu ilâve ediniz.

Ağır ateşte kaynadıktan sonra 30 dakika pişirip servis yapınız.