



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATES DOLMASI

4 adet patatesin içlerini oyun. Suya koyun. 250 gr. kuzu yağsız kuşbaşıyı 20 ml. zeytinyağında etler sularını salıp çekene kadar çevirin. İnce kesilmiş 2 diş sarmı-sak, küp doğranmış 2 adet havuç ve 100 gr. bezelye konservesini etlere ekleyin. Tuz ve karabiber ile tatlandırıp 5 dakika pişirin. Hazırladığınız içi patateslere doldurup fırın kabına dizin. 10 gr. salçayı suda eritip dolmaların üstüne gezdirin. Önceden 200 °C'de ısıtılmış fırında patatesler yumuşayana kadar pişirin. Sıcak olarak servis yapın.