



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PAZI DOLMASI

Malzemesi

1 kg. pazı

300 gr. az yağlı kıyma

3 baş soğan

1 çay bardağı pirinç

2 çorba kaşığı yağ

1/2 demet maydanoz

1-2 fiske nane

Tuz

Karabiber

Pazıların sert saplarını kesip, yapraklarını iyice yıkayın. Bol kaynar suda bir dakika haşlayıp soğuk suya tutarak diriltin. Ortadaki sert damar kenarlarından pazı yapraklarını çizip keserek iki parçaya ayırdıktan sonra üstüste koyun.

Tencerede, bir kaşık yağla, ince kıyılmış soğanları hafif ateşte sarartmadan öldürün. İlininca, içine, yıkayarak beş dakika ıslattığınız pirinci, kıyma, tuz, karabiber, ince kıyılmış maydanoz ve fiske kuru naneyi koyup pirinci kırmadan yoğurun.

Hazırlanan pazı yapraklarını damarlar içte kalacak şekilde yayıp yaprağın büyüklüğüne göre dolma içini koyun. Uzunlamasına iki kenarından birer parmak, için üstüne doğru kapatıp sigara böreği gibi sardıktan sonra, dibine birkaç yaprak yayılmış tencereye dizin. Üzerlerine hafifçe tuz serpin. Bir kaşık yağ koyduktan sonra, temiz bir tabak kapatıp tabağın kenarından 1,5 bardak kaynar su koyun. Hafif ateşte 20-30 dakika pişirin ve sıcak olarak servis yapın.