



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KEREVİZ DOLMASI

Malzemeler (6 Kişilik):

Su 2 1/2 su bardağı - 500 gr
Tuz 2 tatlı kaşığı - 12 gr
Limon suyu 2 yemek kaşığı - 20 gr
Kereviz 6 orta boy - 3 kg
Soğan 6 orta boy - 360 gr
Zeytinyağı 1/2 su bardağı - 100 gr
Pirinç 1 su bardağı - 180 gr
Havuç 1 orta boy - 100 gr
Şeker 1 tatlı kaşığı - 4 gr
Dereotu 2/3 demet - 25 gr

Yemeğin Tarifi

Tencereye 1 su bardağı su, 1 tatlı kaşığı tuz ve limon suyunu koy, kaynamaya bırak. Kerevizleri yıka, soy, enine ikiye böl, içlerini kenar kalınlığı yarım santimetre olacak şekilde oy ve kaynayan suya ekleyip, 10 dakika haşla. Haşlama suyunu ölç, 1 1/2 su bardağına tamamla ve beklet. Kerevizlerin yapraklarını da yıka, ayıkla. Soğanı soy, yıka, ince ince doğra, yağla birlikte başka bir tencereye koy, kapağı kapat, kısık ateşte ara sıra karıştırarak 10 dakika öldür.

Pirinci yıka, süz, tencereye ekle, birkaç kez çevir. Havucu yıka, yarım santimetre küp irilikte doğrayıp, kalan tuz, şeker ve 1 su bardağı sıcak su ile birlikte pirince kat, önce orta, sonra kısık ateşte 10-15 dakika pişir. Hazırlanan içi kerevizlere doldur, üzerlerine kereviz yapraklarından koy. Haşlama suyunu ısıt, dolmaların üzerine gezdir, kereviz ve pirinçler yumuşayınca kadar, yaklaşık 50 dakika pişir. Dereotunu yıka, ayıkla, dolmaların üzerini süsle.

Not: Batı bölgelerinde, yaz aylarında pişirilir. Öğünlerde, et yemeğinden sonra ikinci yemek olarak servis edilir. Piknik yemeği ve ordövr olarak da kullanılır.