



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇEŞNİLİ BİBER DOLMASI

<http://www.ebruomurcali.com.tr>

12 adet dolmalık biber  
1 adet kabak  
1 adet havuç  
1 çorba kaşığı domates salçası  
1 adet defne yaprağı  
Harcı için:  
350 gr. kıyma  
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık  
2 çay bardağı pirinç  
1 çay bardağı zeytinyağı  
Yarım demet taze nane  
Yarım demet maydanoz  
4 adet kuru soğan  
1 tatlı kaşığı kimyon  
1 çay kaşığı karabiber  
1 adet limon suyu  
Tuz  
Üzeri için:  
1 su bardağı yoğurt

Dolmalık biberleri yıkayın ve sap kısımlarını çıkartın. Soğanı, maydanoz ve naneyi ince ince kıyın. Tüm harç malzemelerini harmanlayın. Biberlerin içini harçla doldurun. Zeytinyağında salça, kabak ve havucu soteleyin. Dolmaları sebzelerin üzerine yerleştirin. Defne yaprağı ve 2 su bardağı suyunu koyun. Kapağı kapalı olarak 45 dakika pişirin. Yoğurtla beraber sıcak olarak servis yapın.

