



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CÜMBÜŞ DOLMA

6 adet kırmızı dolmalık biber
6 adet yeşil dolmalık biber
6 adet sarı dolmalık biber
200 gr kıyma
1 su bardağı pirinç
1 adet kuru soğan
Yarım demet maydanoz
Çeyrek demet dereotu
Çeyrek demet taze nane
1 çay bardağı sıvıyağ
1 çay kaşığı karabiber
2 çay kaşığı tuz
1 çorba kaşığı salça
Üzeri için:
Domates

Soğan ve yeşillikler ince kıyılır. Kıyma, yıkanmış pirinç, sıvıyağ, salça, karabiber, tuz ilave edilir, örselemeden karıştırılır. Oyulmuş biberlerin içine çok gevşek doldurulur. Ağzlarına domates dilimi bırakılır. Tencereye dizilir. Üzerine su gezdirilir. Kapak kapatılır. 35 dakika pişirilir.