



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATES ÇUKURU

Zeytinyağı bol
Domates 1 büyük içi oyulmuş/büyük boy
Pirinç 1 avuç 1 yemek kaşığı süzölmüş
İnce bulgur 1 yemek kaşığı haşlanmış
Kuş üzümü yarım avuç
Çam fıstığı yarım avuç
Maydanoz yarım demet
Kuru soğan 1 yemek kaşığı
Kaşar 1 dilim
Baharatlar

İç harcımı hazırlıyoruz; pirinç, ince bulgur, kuş üzümü, kuru soğan, zeytinyağı, fıstık, maydanoz ve baharatları bir kaptaki karıştırıyoruz.

Domatesimizin içine dolduruyoruz. (Harç bol gelirse domates sayısını arttırabiliriz hatta patates kullanabiliriz) Borcam alıp domatesi yerleştirip üzerine zeytinyağı döküyoruz ve üzerinden biraz daha tuz gezdiriyoruz.

Fırına vermeden önce dibine biraz su ekliyoruz.

80-200 Derecede yarım saat hatta 45 dk'ya yakın pişiriyoruz.

Arada bir kontrol ediyoruz pişmezse dakikayı arttırıyoruz.

Not: Kaşar peynirini dolmamızın fırından çıkmasına 2 dk. kala ekliyoruz.

