



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATES DOLMASI

100 gr kıyma
1 su bardağı pirinç
1 soğan
5-6 adet domates
Sıvıyağ
Tuz
Karabiber
Kimyon

Tencereye soğanı rendeliyoruz ve sıvı yağ döküp ateşe alıyoruz.

Soğanlar pembeleşene kadar kavuruyoruz daha sonra salça ve kıymayıda ekleyip kavurmaya devam ediyoruz.

Yıkamış pirinci tuzunu baharatlarını koyup 1 çay bardağı su ekleyip suyunu çekene kadar pişiriyoruz.

Domatesleri sap yerleri alta gelecek şekilde üzerlerinden kapak şekli kesiyoruz tam ayırmıyoruz.

İçlerini oyacakla boşaltıp iç harcımızdan dolduruyoruz ve kapaklarını kapatıyoruz.

Dolmalarımızı fırın kabına dizip üzerlerine 1 su bardağı su ve 1 çay bardağı sıvı yağ gezdiriyoruz.

Önceden ısıtmış 200 dc fırında 15 .20 dakika pişirip servis yapıyoruz.

