



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ DOMATES DOLMASI

12 adet domates
1 ay bardağı sıvıyağ
1 adet kuru soğan
300 gr kıyma
1 ay bardağı pirinç
Yarım demet dereotu
Yarım demet maydanoz
Yarım demet taze nane
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz

Yeşillikler ve soğan, ince kıyılır. Üzerine domates hariç diğ er malzemeler eklenir. Domatesler arkadan 1 parmak eninde kesilir, iç i oyulur. Ç ıkan iç blenderden geçirilir. Oyulan domateslere iç doldurulur. Kesilen kapakları üzerlerine kapatılır. Ç ekilen domates dolmaların üzerine dökülür, kapak kapatılır. Orta ateşte 40 dakika pişirilir.