



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BİBER DOLMASI

½ kg. dolmalık biber
300 gr. orta yağlı kıyma
2 corba kasığı pirinc
2 orta boy soğan
3 orta boy domates
8-10 dal maydanoz
1 tatlı kasığı tuz
¼ çay kasığı karabiber
İci için: ½ kg. orta yağlı kıyma
3 corba kasığı pirinc
2 orta boy soğan
3 orta boy domates (veya ½ corba kasığı salca)
8-10 dal maydanoz
1 tatlı kasığı tuz
¼ çay kasığı karabiber

Kıymayı derin bir kaba koyunuz. İçine ince kıyılmış soğan, maydanoz, pirinc, kabukları çıkartılıp fındık büyüklüğünde doğranmış domates, tuz ve karabiber ilave edip karıştırınız. (Domates olmadığı zaman ½ corba kasığı salcayı bir çay bardağı su ile sulandırıp katiniz.)

Biberleri yıkayıp sap kısmını içine bastırarak çıkartınız. Çekirdeklerini bosaltıp, içleri doldurunuz. Ağzına domatesten kesilen kapakları ortunuz.

Kapak kısımları üstüne gelmek üzere tencereye yerleştiriniz. Biraz tuz ve karabiber serpip üzerine 2 su bardağı kaynar su dokunuz. Hafif hararetle ısıda 30-35 dakika pişiriniz.

[ML® Ankara Dolması için tıklayın](#)