



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BİBER DOLMASI

Yarım kg dolmalık biber
250 gr kıyma
1 ay bardağı pirinç
2 adet kuru soğan
1 demet maydanoz
2 adet domates

Biberlerin üst kısmından yuvarlak kapak gibi kesin. Cekerdeklerini temizleyip iyice yıkayın. Rendelenmiş soğanı, ince doğranmış domatesleri, maydanozları, kıymayı, pirinci, tuz, naneyi ve biberi iyice karıştırın. Bu karışımı biberlerin içine. Bu karışımı biberlerin içine fazla doldurmadan doldurun. Bir tencereye dizerek yerleştirin. Biberlerin üstüne halka şeklindeki biber kapaklarını yerleştirin. Yağ ve biberlerin yarı seviyesine kadar sıcak su ekleyip hafif ateşte pişirin.