



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ DOMATES DOLMASI

1,5 kg. domates
yarım kg et
4 çorba kaşığı pirinç
2 baş soğan
2 kaşık tereyağı
yeteri kadar maydanoz, karabiber ve tuz

Yağlı et bir kez makineden geçirilir. Bir kap içinde yağ, ince kıyılmış soğan, kıyma ile kavrulur. Domates, su eklenerek pişirilir. 4 kaşık pirinç pilav gibi haşlanır. Süzğüye çıkmış kıyma, pirinç, maydanoz karıştırılır. İçi çıkmış domatesler doldurulur, pişirilecek tencereye yerleştirilir, üzerine hafif tuz serpilir, orta ateşte pişirilir.