



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ DOMATES VE BİBER DOLMASI

1 kilogram domates
500 gram dolmalık biber
500 gram dana kıyma
3 dilim bayat ekmek
3 yemek kaşığı toz şeker
2 yemek kaşığı sıvı yağ
2 çay kaşığı tuz
1 su bardağı su

Domates alırken sert olmasına dikkat edin, biberleri de domateslere yakın boylardan seçin. Domatesleri ve biberleri iyice yıkayın. Biberlerin saplarını çıkarın ve üst bölümü kesin ama atmayın. Biberlerin içindeki çekirdekli bölümü çıkararak iyice temizleyin. Domateslerin de üstlerini keserek içlerini boşaltın. Dolmaların iç harcını hazırlamak için bayat ekmek dilimlerinin kabuklarını ayırıp içlerini ıslatın ve sıkın. Bir yoğurma kabında kıymayı, domateslerin içlerini ve tuzu karıştırın. Domates ve biberleri bu harçla doldurun. İçlerinin taşmaması için ayırdığınız biber ve domates parçalarını kapak gibi kapatın. Tencereye biberler alta, domatesler üste gelecek şekilde yerleştirin. Şeker, sıvı yağ ve tuz ile bir karışım hazırlayın. Bu karışımı biberlerin üzerini hafif geçecek şekilde tencereye ekleyin. Kısık ateşte yaklaşık 1 saat kadar pişirin. Ardından dolmaları derin bir tepsiye alarak üstleri kızarıncaya dek fırınlayın. Sıcak servis yapın.

