



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ KARIŞIK DOLMA

500 gr kıyma
6 dolmalık biber
3 kabak
7 domates
4 kahve fincanı pirinç 3 soğan
1.5 su bardağı sıcak su
1 çorba kaşığı domates salçası
Yarım demet kıyılmış dereotu
30 gr margarin
Tuz
Karabiber
Kekik

Biberlerin sap kısımlarını kapak şeklinde kesin, çekirdeklerini temizleyin. Kabakları temizleyip ortadan ikiye kesin ve sebze oyacağı ile içlerini çıkarın. 6 domatesin üst kısımlarını kapak şeklinde kesin. İçlerini çıkarıp küp şeklinde doğrayın. Bir domatesi ince ince dilimleyin.

Kıymayı derin bir kaba alın. Soğanları rendeleyip kıymaya ilave edin. Pirinç, dereotu, küp doğranmış domates, salça, tuz, karabiber ve kekiği ekleyip karıştırın.

Biber, kabak ve domatesleri hazırladığınız karışımla doldurun. Biber ve domatesleri kapaklarıyla, kabakları ise domates dilimleriyle kapatın. Hepsini tencereye dizip tuz ve sıcak suyu ilave edin. Margarini küçük küçük doğrayıp dolmaların aralarına serpin. Kapağı kapalı olarak kısık ateşte sebzeler yumuşayınca kadar pişirin. Dilerseniz sarımsaklı yoğurt eşliğinde servis yapın.