



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KARIŞIK YAZ DOLMASI

<https://www.aksam.com.tr>

Dolma biber
Patlıcan
Kabak
Kırmızı biber
1 su bardağı pirinç
200 gr kıyma
2 tane kuru soğan
2 tane domates
Maydanoz
Yeşil nane
Pul biber
Karabiber
Kırmızı toz biber
Sumak
Tuz
Zeytinyağı
2 yemek kaşığı salça
Su

Dolmanın soğanını küçük doğrayın ya da doğrayıcıda yapın. Domatesi de doğrayıcıdan geçirin. Pirinci, kıymayı, 1 kaşık salçayı, kıymayı, baharatları ve zeytinyağını karıştırın. Tuzunu ekleyin. Sebzelerin içini temizleyin. Kırmızı biberler büyükse ikiye bölün. Başlarını kesmeden içlerini çok doldurmayın. Pirinçlerin şişme payını düşünerek tencereye dizin. Üzerine domates koyun. Salça, zeytinyağı ve tuz karıştırıp üzerine dökün. Suyun, sebzelerin üzerine çıkmadığından emin olun. Sebzeler ve pirinç pişene kadar pişirin.

