



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ YEŞİL DOMATES DOLMASI

1500 gram yeşil domates  
2 adet yumurta  
600 gram et  
1 kaşık un  
4 kaşık pirinç  
1 demet maydanoz  
3 baş soğan  
yarım limon  
2 kaşık sadeyağ  
Yeteri kadar tuz ve karabiber.

Domatesler içleri çıkarılıp hazırlanır. Et bir kez makineden çekilir. İçine yıkanmış, temizlenmiş pirinç, iki ince kıyılmış soğan, maydanoz, karabiber, tuz, ik kaşık su ilâve edilerek halledilir. Domatesler doldurulur, pişecek kaba yerleştirilir. Bir kap içinde yağla soğan kavrulur. Domatesin üzerine holca su ile dökülür. Orta ateşte pişirilir. Bir kap içinde iki yumurta şansı, yarım limon, bir kaşık un, yarım bardak soğuk su, yumurta vurma -teliyle iyice çırpılır. Üzerine kaynamış domates suyu ilâve edilerek pişirilir, domates dolmasının üzerine süzülür.