



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FIRINDA DOMATES DOLMASI

1 kg. düzgün ve fazla yumuşak olmayan olgun domates  
500 gr. az yağlı koyun döş etinden kıyma  
3 çorba kaşığı pirinç  
2 baş soğan  
1/2 demet maydanoz  
1,5 çorba kaşığı tereyağı  
1 su bardağı et suyu  
Tuz  
Karabiber

Domatesleri yıkayıp, üstlerinden enine, tabana paralel olacak şekilde kesin. Ancak kapağı kesmeden kaldırın ve arkaya devrik tutarak, örselemeden içlerini küçük bir kaşıkla boşaltın.

Soğanı rendeleyip dolma malzemeleriyle dolma içini hazırlayın.

Çıkardığınız domates içini rendeleyip fırın tepsisinin içine koyun. İçi, sıkıştırmadan domateslere doldurarak, kapaklarını kapattıktan sonra kapaklar yukarı bakacak şekilde tepsiye dizin.

Her birinin üzerine gelecek şekilde küçük bir kahve kaşığı eritilmiş tereyağı et suyu gezdirin ve fırında pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

[ML® Fırında Biber Dolması için tıklayın](#)

---