



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA KIYMALI BİBER DOLMASI

6 adet minik dolmalık biber
250 gr. kıyma
¼ su bardağı pirinç
1 orta boy soğan, doğranmış
¼ havuç, ince rendelenmiş
3 dal taze soğan
2-3 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tutam kuru nane
1 çay kaşığı kırmızı biber
Tuz
Karabiber

Biberleri yıkayıp saplarını çıkarıp tohumlarını temizleyin. Tavada biraz zeytinyağı ile yemeklik doğradığınız soğanları öldürün. Havuçları ekleyin. Kıyma, pirinç ve baharatları ve taze otları ince ince kesip ekleyip 10 dk. pişirin. Fırın borcamına biberlerin içini doldurup sıralayın. 1 bardak su döküp 200 derecede 30-40 dk. pişirin.

