



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FIRINLANMIŞ ZEYTİNYAĞLI BİBER DOLMASI

150 gram kıyma  
4 adet yeşil biber  
2 adet sarı biber  
3 adet kıpıya biber  
1 su bardağı pirinç  
Yarım adet maydanoz  
1'ap;er çay kaşığı kadar; sumak, karabiber, toz biber, karabiber, nane, fesleğen, tuz  
1 yemek kaşığı biber domates salçası karışığı  
Yarım çay bardağı zeytinyağı

Bir kabin içine pirinç ve kıymayı koyup karıştırın.  
Ardından tüm baharatları, salçayı ve zeytinyağını ilave edip karıştırın.  
Bu harcı tavada 15 dakika haşlayın.  
Harcı hazırladıktan sonra biberlerin üst kısımlarını kesin içindeki tohumları çıkartın.  
Harçtan bir buçuk tatlı kaşığı kadar içine ilave edin.  
Kapak kısmını yeniden koyun.  
Bir fırın tepsisine tek tek yerleştirin.  
En son bir kasede bir tatlı kaşığı salça ve 2 su bardağı su karıştırın.  
Biberlerin üzerine dökün.  
250 derecelik fırına verin.  
20 dakika sonra fırından çıkarın. Yemeğiniz servise hazır!

