



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI DOLMASI

- 1 kilo ayıklanmış hamsi
- 2 çay bardağı pirinç
- 1 baş sarımsak
- 1 adet soğan
- 1 çay bardağı kuş üzümü
- 1 demet maydanoz
- 1 çay bardağı kıyılmış taze soğan
- 3 çorba kaşığı nar ekşisi
- 2 yemek kaşığı nar ekşisi
- 2 yemek kaşığı kuru nane
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- Tuz
- Karabiber, pul biber

Öncelikle hamsilerin kılçıklarını temizleyin. Fırın keselerine sırayla dizin. Ortasını doldurmak için içi hazırlayın. Pirinci ayıklayıp yıkayın. Maydanozu yıkayıp ince ince kıyın. Sarımsak ve soğanı soyup kıyın. Pirinç, taze soğan, tereyağı, maydanoz, tuz, pul biber, soğan, sarımsak ve nar ekşisini birlikte iyice karıştırın. Karışımı hamsilerin içine fazla sıkıştırmadan doldurun. Üzerine tekrar hamsileri dizin. Üzerine 1-2 çay bardağı su ilave edip pirinçler yumuşayınca kadar pişirin. Fırında 35 dakika kadar pişirip demlendirin. Servisi sıcak sıcak yapın.

