



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAMSİ DOLMASI

1 kg hamsi
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 adet soğan
Yarım çorba kaşığı dolmalık fıstık
Yarım su bardağı pirinç
1 su bardağı sıcak su
Tuz
Karabiber
Yarım çorba kaşığı kuşüzümü
1 çay kaşığı şeker
Yarım demet maydanoz
2 adet yumurta
Kızartmak için:
Sıvyağ

Hamsilerin kafalarını ve kılçıklarını temizleyelim. Bol suyla yıkayalım. 1 Tavaya 3 çorba kaşığı zeytinyağını alıp kızdıralım. Küçük doğranmış soğanları ve yarım çorba kaşığı dolmalık fıstığı tavaya aktaralım. Soğanlar şeffaflaşip sararana dek kavuralım. Yarım su bardağı pirinci yıkayıp süzdükten sonra soğanların üzerine ekleyelim. Bir- iki kez çevirdikten sonra 1 su bardağı sıcak suyu, tuzu, karabiberi, yarım çorba kaşığı kuşüzümünü ve 1 çay kaşığı şekeri ilave edelim. Ağır ateşte pirinçler suyu çekene dek pişirelim. Ardından ince doğranmış maydanozu ekleyip karıştıralım. Hamsinin iç kısımlarını tuz ilave edilmiş un batıralım. 2 adet hamsiyi yan yan yerleştirelim. Ortasına hazırladığımız içten bir tatlı kaşığı koyalım Üçüncü hamsinin dışını una buladıktan sonra harcın üzerine yerleştirelim. Sonra çırpılmış yumurtaya batıralım. Derin bir tavaya sıvı yağı alalım. Hamsileri kızartalım. Fazla yağın süzmek için kağıt mutfak havlusunun üzerine çıkarıp, servis yapalım.

[ML® Hamsi Kuşu için tıklayın](#)

