



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HAS DOLMASI (BİTLİS)

Yıldız Özdemir

Domalık Lahana  
300 Gr. Dolmalık Kıyma  
1 Su Bardağı Pirinç  
1 Kase Tane Sumak  
2 Çorba Kaşığı Tuz  
2 Adet Soğan  
1 Çorba Kaşığı Tereyağı

1,5 litre su kaynatalım ve altını kapatalım. Kaynamış suya tane sumakları koyup soğumaya bırakalım. Lahaneları yaprak yaprak ayırıp haşlayalım. Ancak formunu kaybetmemesi gerekir. Yumuşaması yeterli. Kıyma, pirinç, 2 soğan rendesi, 1 yemek kaşığı tuz ve 2 su bardağı hazırladığımız sumak suyunu (sumak tel süzgeçten geçirilir ve taneler ayıklanır) bir kaba koyup karıştıralım. Harcın diğer dolma içlerinden farklı olarak biraz sulu olması gerekiyor. Ardından haşladığımız lahana yapraklarını el büyüklüğünde keselim. Ve bir yemek kaşığı kadar aldığımız harcı hazırladığımız lahananın içine koyup gevşek bir şekilde, kenarlarını kapatmadan saralım. Sardığımız dolmaları tencereye dizelim. Kalan lahana yapraklarını dolmaların üzerine örtebilirsiniz. Artan sumak suyunu da üzerlerine döküp 1 yemek kaşığı tuzu ve tereyağını da ilave ettikten sonra, önce harlı sonra da kısık ateşte pişirelim. Pirinçler piştiği zaman dolma hazır demektir.