



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## İŞKEMBE DOLMASI

Milli Eğitim Bakanlığı

1 koyun işkembesi  
2 su bardağı pirinç  
1 tatlı kaşığı tuz  
250 gram orta yağlı kıyma  
½ çay kaşığı karabiber  
2 orta boy soğan  
8-10 dal maydanoz

Kıymaya pirinç, ince kıyılmış soğan, maydanoz, karabiber ve biraz tuz katılıp karıştırılır. İşkembe temizlenip yıkanarak 10x15 cm boyutlarında dikdörtgenlere bölünür, pütürlü yüzü alta gelmek üzere masaya konur.

Dikdörtgenlerin yarısına 2 çorba kaşığı iç konur, yarısı üstüne kapatılır; üç kenarı iğne iplikle dikilir.

Tencereye yan yana yerleştirilen dolmaların üzerine 5-6 su bardağı kaynar su ilâve edilir.

Kısık ateşte yumuşayınca kadar pişirilip tuz ilave edilir.

Pişen dolmaların ipi çıkarılır, servis tabağına dizilir; üzerine suyu gezdirilir.

