



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

İŞKEMBE DOLMASI

2 adet işkembe
250 gr. kıyma
Yarım kilo pirinç
Yarım kilo soğan
1 yemek kaşığı biber salçası
1 tatlı kaşığı tuz

Soğanlar küçük küçük doğranır. Pirinç, kıyma ve diğer malzemeler eklenerek karıştırılır. İşkembeler, peçeteden biraz daha küçük karelere şeklinde kesilir. Her birinin içine hazırlanan harçtan 1 yemek kaşığı kadar konulur. Bohça şekline getirilip, yorgan iğnesi ve ipliği ile dikilir. Bütün işkembeler doldurulduktan sonra tencereye yerleştirilir. 3 su bardağı su ve tuz ilave edilip, 40-60 dakika pişirilir, üzerine bolca kimyon dökülerek yenir.