



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIRMIZI BİBER DOLMASI

Kapya biber 10 adet kırmızı
Zeytinyağı 4 yemek kaşığı
Yağlı kıyma 300 gram orta
Soğan 1 adet rendelenmiş kuru
Pirinç 3/4 su bardağı
Biber salçası 1 tatlı kaşığı
Domates salçası 1 tatlı kaşığı
Nane 1 tatlı kaşığı
Tuz 1 çay kaşığı
Karabiber 1 çay kaşığı
Su Üzeri için:1,5 su bardağı sıcak
Zeytinyağı 3 yemek kaşığı

Rendelenmiş kuru soğan, orta yağlı kıyma, zeytinyağı, yıkanmış pirinç, biber salçası, domates salçası, nane, tuz ve karabiberi derin bir kaba alın.

Özleşene kadar yoğurduğunuz kıymalı iç harcı bir kenarda bekletin.

Uç kısımlarını kestiğiniz kırmızı biberlerin iç kısımlarında yer alan çekirdekleri çıkartın. Bol suda yıkayıp fazla sularını süzdürün.

Hazırladığınız iç harcı küçük bir kaşık yardımıyla kırmızı biberlerin içerisine doldurup kapak kısımlarını dikkatlice kapatın.

Geniş tabanlı bir tencereye dizdiğiniz kırmızı biber dolmaları üzerine sıcak su ve zeytinyağı gezdirip kapağı kapalı tencerede, kısık ateşte pişmeye bırakın.

Pirinçler tel tel açılana kadar pişirdiğiniz dolmaları, sıcak olarak servis edin.

