



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMA KAVURMALI DOLMA

Yarım kg orta yağlı kıyma
3 adet orta boy kuru soğan
1 dolu çorba kaşığı domates salçası
2 adet domates
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 kg dolma biberi

Soğan ince doğranır. Sıvıyağda kavrulur, kıyma katılır, suyunu bırakıp çekene kadar kavrulur, salça eklenir, bir kaç dakika sonra rende domates, karabiber, tuz eklenir. Domatesin rengi değişene kadar pişirilir. Oyulmuş biberlerin içine doldurulur. Tencereye dizilir, üzerine domates dilimleri kapatılır. Kenardan 1 su bardağı su bırakılır. Kapak kapatılır, orta ateşte yarım saat pişirilir.