



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY DÜDÜKLÜ DOLMASI

1 kg dolmalık biber
1 su bardağı pirinç
2 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı salça
Yarımşar demet nane, dereotu, maydanoz
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı zeytinyağı
2 su bardağı su
Üzeri için:
Domates

Soğan ve yeşillikler çok ince kıyılır. Üzerine yıkanmış pirinç, salça, karabiber, tuz ve zeytinyağı eklenir, karıştırılır. Oyulmuş biberlerin yarısından biraz fazlasına doldurulur. Üzerlerine domates kapatılır. Dolmalar düdüklü tencereye dizilir. Üzerine su bırakılır. Kapak kapatılır. Hızlı ateşte pim çıkana kadar pişirilir. Sonra ateş kısılır, 7 dakika kadar pişirilir. Ilık servis yapılır.