



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖZ PATLICANLI BİBER DOLMASI

1 kg dolmalık biber
250 gr kıyma
1 su bardağı bulgur
3 adet patlıcan
2 adet soğan
Yarım demet maydanoz
Yarım demet dereotu
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 çorba kaşığı salça
1 su bardağı su
Yarım su bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
Üzeri için:
Domates

Patlıcanlar közlenir, içi çıkarılır ve kıyılır. Üzerine yıkanmış bulgur, kıyılmış maydanoz, dereotu, soğan, nane, karabiber, tuz, salça, sıvıyağ, kıyma ve su konur iyice karıştırılır. 10 dakika dinlendirilir. Sonra oyulmuş biberlere doldurulur. Üzerlerine doğranmış domates kapatılır. Yayvan bir tencereye dizilir. Üzerine 1,5 su bardağı kadar su ilave edilir. Kapak kapatılır, 35-40 dakika pişirilir.