



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU DOLMASI

1 kg kemikli kuzu eti
2 su bardağı pirinç
2 yemek kaşığı tereyağı
1 baş soğan
Yarım çay kaşığı sıvıyağ
1 çay kaşığı tuz

Kemikli kuzu eti sıvı yağda bir süre kavrulur. 3 su bardağı su konulup düdüklü tencerede 20 dakika pişirilir, ince, küp küp doğranmış soğan tereyağında pembeleşinceye kadar kavrulur. 1 saat kadar önce ılık suda ıslatılmış pirinç süzülüp eklenir ve beş dakika daha kavrulur. Pirinç fırın tepsisinin tabanına yayılıp etler üzerine sıralanır. Üzerine üç su bardağı et suyu koyulup önceden ısıtılmış fırında 170-180 derece ısıda 25-30 dakika pişirilir. Sıcak servis yapılır.