



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUZU KOLU DOLMASI

MALZEME ve HAZIRLANIŞI:

Gereği gibi olması için körpe kuzu alınması şarttır. Kuzunun büyüklüğüne göre, büyükse bir kolla beraber bütün olarak kaburgasının yarıya yakın bölümü yok, kuzu küçükse kolla birlikte kaburga bölümünün tamamı alınır. Etler, karabiber ve tuz karışımı He iyice ovulur. Sonra bir tencerede bütünü ile haşlanır. Dışarıya alınıp soğumaya bırakılır. Öte yandan, dolmanın içi hazırlanır. 3 su bardağı kadar iyi cins pirincin üzerine sıcak su dökülmek suretiyle 30-45 dakika bekletilir. Bir kuşhanede (altı yuvarlak tencere) sade yağ içinde rendelenmiş iki baş soğan kavrulur, fıstık, üzüm, kuzu ciğerinden bir kısım ince ince doğranarak konur, karıştırılarak pişirilir. Sonra bunların üzerine 1/1 oranında et-suyu konarak kaynatılır, haşlanmış pirinç soğuk suda yıkanıp, bir demet ince kıyılmış tereotu ve yeteri kadar yeni baharla birlikte atılır. Pirinç suyunu çekince, altı kapatılıp demlenmeye terk edilir. Son olarak soğumuş bulunan kuzu etinin kaburgası ile deri arası elle açılır, buraya demlenmiş pilav doldurulur. Bir tepsiye, dökülmeyecek şekilde dikkatle yerleştirilip, tepsiye de az bir miktar su konarak fırına verilir.
