



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KELEM DOLMASI (KÜTAHYA)

1 adet orta boy kelem

İç i için:

1,5 - 2 su bardağı pirinç

1 adet orta boy soğan

200 gram kadar kıyma

1 tatlı kaşığı domates salçası

1 tatlı kaşığı biber salçası

İsteğe göre baharatlar

Sıvı yağ

Zeytinyağı

İlk önce kelemi yaprak yaprak ayırarak başlıyoruz ayırdığımız yaprakları büyük bir tencerede kaynamakta olan suya atıp 3 4 dk (kelemine göre değişir) haşlıyoruz. Haşlanan kelemeleri soğuk suya atıp kelemi çok incitmeden suyunu sıkıp alıyoruz.

İç i için, kıymayı tavaya koyup kapağını kapatıyoruz. Suyunu çekince doğranmış soğanı içine atıyoruz bir miktar sıvı yağ ekliyoruz. Soğanların pişmesine yakın salçaları ve baharatlarını tuzunu koyuyoruz. Pirinci de ekleyip üzerine 1 çay bardağı su ekliyoruz harç suyunu çekince ocaktan alıyoruz.

Zeytinyağlı sarma usulü sarıyoruz. Tencereye dizdikten sonra üzerine yarım çay bardağı zeytinyağı gezdiriyoruz. Ve üzerine çıktı çıkacak kadar su ilave ediyoruz. (suyun içine tuz atabilirsiniz tuzlu sevenler için.) Kaynayınca kısık ayarda pişirmeye bırakıyoruz. (kaynadıktan sonra üzerine tabak kapatabilirsiniz)

