



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## LORLU ZEYTİNYAĞLI BİBER DOLMASI

### MALZEMELER

500 GRAM TULUM LOR

1 BÜYÜK BAŞ SOĞAN

DEREOTU

NANE

KEKİK

1 ORTA BOY DOMATES

DOLMALIK BİBER, İSTENİRSE ARALARA BİRKAÇ DOMATES DOLDURABİLİRSİNİZ.

1 ÇAY BARDAĞI ZEYTİNYAĞI

ARZU EDEN VARSA FESLEĞENDE İLAVE EDEBİLİR.

### HAZIRLANIŞI;

\* Dolmalık biberlerinin, çekirdeklerini çıkartıp dolma yapacak şekilde hazırlıyoruz.

\* Ayrı bir kabin içinde; tulum lor, çok ince ince kıyılmış 1 baş soğan, 1/2 demet dereotu ince kıyılmış, 1 domates küçük doğranmış, nane (taze yada kuru) olabilir. Kekik (kuru veya taze olabilir). 1 Çay bardağı zeytinyağı hepsi karıştırılır. iyice harmanlanınca, hazırladımız iç, dolmalık biberlere doldurulur.

\* Fırın tepsisi zeytinyağla yağlanır, biberler az aralıklarla tepsiye dizilir, 180 derece fırında hiç su koymadan biberlerin üstü kızarıncaya kadar pişirilir.