



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PATATES DOLMASI (MİKRODALGA)

### MALZEMELER

4 Adet orta boy patates  
2 Adet orta boy domates  
3 Adet taze soğan  
1 Su bardağı az yağlı kaşar rende  
½ demet maydanoz veya fesleğen  
Tuz  
Karabiber

### HAZIRLANIŞI

Patatesleri yıkayın,  
Microdalga fırında 4 dakika yada normal fırında yumuşayınca kadar pişirin,  
Domateslerin kabuklarını soyun, küp şeklinde doğrayın,  
Tuz ve karabiber ilave edin,  
Bir kabın içerisinde ince ince doğranmış maydanoz yada fesleğen ve kaşar peyniri ile karıştırın.  
Patatesleri fırından çıkartın, biraz soğuduktan sonra üst kısmından küçük bir kapak açarak bir kaşık yardımı ile içeri boşaltın.  
Patates içeri domatesli karışıma ilve edin, iyice karıştırın.  
Hazırladığınız karışımı patateslerin içine doldurun ve 1-2 dakika peynirler eriyene kadar tekrar fırınlayın.  
Sıcak olarak servis yapın.

---