



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATATES DOLMASI

6 adet orta boy patates
200 gr. orta yağlı kıyma
1 kahve fincanı pirinç
1 orta boy soğan
1 orta boy domates
1 tatlı kaşığı karabiber
1 su bardağı su
1 su bardağı yağ

1- Patatesleri yıkayıp kabuklarını soyun. İkiye bölüp bıçak veya kasıkla ortalarını oyun. Kızgın yağda hafif pembeleşene kadar kızartın. Bir kenarda bekletin.

2- Kıyma, pirinç, soğan, tuz ve karabiberi karıştırın. Patateslerin ortalarına doldurup üzerlerine biraz sıvı yağ gezdirin. Üzerine domates rendesi ve bir bardak su koyup 30-35 dakika pişirin. Servise sunun.