



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEKMEZLİ AYVA DOLMASI

Malzemeler

Kıyma (orta yağlı) 1 1/2 su bardağı - 250 gr

Pirinç 1/3 su bardağı - 60 gr

Ayva 6 orta boy - 1400 gr

Pekmez 1 çay bardağı - 125 gr

Kişniş 1/2 yemek kaşığı - 1.4 gr

Tuz 1/2 tatlı kaşığı - 3 gr

Margarin 1 yemek kaşığı - 10 gr

Su (sıcak) 1 1/2 su bardağı - 300 gr

Yemeğin Tarifi

Kıymayı bir tencerede, kısık ateşte kendi bıraktığı suyu çekinceye değin, yaklaşık 15 dakika pişir.

Pirinci yıka, süz. Ayvaları yıka, içlerini oy ve kararmaları için limonlu suya at. Kıyma, pirinç, pekmez, kişniş, tuz ve yağı iyice karıştır.

Ayvaların içini bu içle doldur ve yayvan bir tencereye yerleştir. Sıcak suyu ekle, ayvalar yumuşayınca değin, yaklaşık 30 dakika pişir.

Notlar İç Anadolu Bölgesinde daha çok Nevşehir ve Konya illerinde yaygın olarak bilinir. Öğünlerde birinci yemek olarak servis edilir.