



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PULNENİ DOMATI

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

1600 gr iri domates (12 adet)
60 gr tereyağı veya margarin (3 çorba kaşığı)
1,5 bardak su
İçi için:
400 gr yağsız kıyma
40 gr tereyağı
150 gr soğan (2 orta)
40 gr pirinç (3/4 kahve fincanı)
5 dolmalık domatesin içi
3/4 bardak su
1 demet dereotu
Tuz
Karabiber

Fazla olgun olmayan domateslerin, sapsız tarafından ince bir kapak kesilir ve içleri çok derin olmadan bir kısıkla oyulur. Çıkarılan içler bir kaba alınır. Küçük doğranmış soğanlar, 2 silme çorba kaşığı yağ ile hafifçe sararana kadar kavrulur. 3 çeyrek bardak su, yıkanmış pirinç ilave edilerek tencerenin kapağı kapatılır ve pirinçler suyunu çekene kadar pişirilir.

