



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞAN DOLMASI (MANAV TÜRKLERİ DÜZCE)

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

- ½ kg kıyma
- 1 su bardağı pirinç
- 1 kg kuru soğan
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 1 tatlı kaşığı domates salçası
- 1 bağ maydanoz
- 1 çay kaşığı nane
- 2 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Yeteri miktar su

İlk olarak soğanların kabukları soyulur, alt ve üst kısımları kesilir. Haşlamak için sıcak suyun içerisine atılır ve soğanlar hafif yumuşayınca iç kısımları çıkartılır.

Pirinçler yıkanıp süzülür. Kıyma derin bir kabin içerisine alınır. Pirinç, soğan, sarımsak, domates ve biber salçası, sıvı yağ, tuz, karabiber ve nane ilave edilip iyice karıştırılır.

Daha önce hazırlanan soğanlara iç malzeme doldurularak bir tencereye dizilir, üzerine 2 su bardağı sıcak su ilave edilerek kısık ateşte yaklaşık 45 dakika pişirilir.

Dolamalar piştikten sonra bir tavada tereyağı, sıvı yağ ve biber salçası sos haline getirilerek dolmaların üzerine gezdirilir.

