



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOĞAN DOLMASI

6 adet iri kuru soğan

İç i için:

300 gram orta yağlı kıyma

1 küçük su bardağı pirinç

1 küçük su bardağı pilavlık bulgur

1 çay bardağı ayçiçeği yağı

1 kuru soğan

2 yemek kaşığı salça

1 yemek kaşığı sumak ekşisi

Yarım bağ maydanoz

1 tatlı kaşığı kırmızı biber

1 tatlı kaşığı nane

Yarım çay kaşığı karabiber

Tuz

Sosu için:

1 kahve fincanı sıvı yağ

1 yemek kaşığı salça

3 su bardağı su

1 yemek kaşığı nar ekşisi

Kuru soğanlar bir tencereye alınır, üzerine kadar su doldurularak yumuşayınca kadar haşlanmaya bırakılır.

İç i için; soğanlar ve maydanoz ince ince kıyılır, geniş bir karıştırma kabına alınır, üzerine yıkanmış ve suyu süzölmüş pirinç, bulgur, kıyma salça baharatlar ve sıvı yağ ilave edilir.

Kıvamını buluncaya kadar az su ekleyerek iç malzeme yoğurulur.

Haşlanan soğanlar bir bıçakla ortasına kadar kesilerek kat kat ayrılır. Bir soğan yaprağı alınarak bir miktar iç konur ve sarılır.

Dolmanın tamamının alacağı bir tencerenin dibine kıydığımız maydanozyun dalları serilir, üzerine sardığımız dolmalar yanyana ve sıkıştırılmadan dizilir.

Sosu için, bir karıştırma kabında sıvı yağ, salça ve su iyice karıştırılarak dolmaların üzerine dökölür, 1 yemek kaşığı nar ekşisi gezdirilir.

Dolmaların üzerine porselen bir tabak ters kapatılır, tencerenin kapağı kapatılarak ateşe oturtulur.

Tencere harlı ateşe konur 10 dakika kaynatılır, daha sonra orta ateşe alınarak takribi 45 dakika kontrollü olarak pişirilir.

Sıcak ya da ılık olarak servise sunulur.

Not: Bütün soğan dolmalarının aynı büyüklükte olması için; büyük parçalar biraz küçöltölebilir, küçük parçalara da ek yapılabilir.



© lezzetler.com tarif no:113934 • adı:Soğan Dolması • gönderen:İ • indirme tarihi:07.04.2025 - 17:20