



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞAN DOLMASI

<https://azerbaijans.com>

Koyun eti 163 gr
Baş soğan 178 gr
Pirinç 15 gr
Koyun kuyruğu 20 gr
Erimiş yağ 20 gr
Yoğurt 50 gr
Tarçın 0,1 gr
Biber 0,1 gr
Tuz

Kıyma biber dolmasında olduğu gibi hazırlanır. Fakat karışıma kavrulmuş soğan eklenir. İri baş soğanın içi çıkartılıp kıyma ile doldurulur. Tencereye konur, bir miktar et suyu eklenerek kendi buharında pişirilir.