



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SOĞAN DOLMASI

2 kg orta boy soğan (dolma amacıyla kullanılacak)  
250 gram orta yağlı kıyma  
1 yemek kaşığı salça  
Bir çay kaşığı karabiber  
Tuz  
2 yemek kaşığı salça  
1 su bardağı pirinç  
¼ bağ maydanoz  
Sıvı yağ (istenirse tereyağı da kullanılabilir)

Soğanlar soyulur ve bütün olarak haşlanır. İç içe olan soğanlar doldurulacak şekilde çıkarılır (Soğanlar büyük kullanılacaksa sarma usulü yapılabilir.)

Kıyma, pirinç, bir yemek kaşığı salça sırası ile kavrulur ve baharatları ve maydanozu eklenerek dolma içi hazırlanır. Bazı uygulamalarda iç kavrulmadan da konulabilmektedir.

Hazırlanan iç, soğanlara doldurulur. Yemek pişerken pirinç şişeceğiinden soğanlar ağzına kadar doldurulmaz. Hazırlanan soğanlar sırt sırta tencereye yerleştirilir. Tencerenin içine dolmaların boyuna yakın olacak şekilde salçalı su ve bir miktar da sıvı yağ konarak 20 dakika pişmeye bırakılır (Fazla pişirme soğanların erimesine neden olmaktadır.)

Hazırlanan dolmalar sıcak olarak servis tabaklarına alınıp servis edilir.

