



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞAN DOLMASI

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

3-4 adet domates
1/2 kg. kuzu kıyma
2 adet soğan
1 tatlı kaşığı kuru nane
2 su bardağı pirinç
Kara biber, kırmızı biber, maydanoz,
1 çay bardağı sıvı yağ
1 kg. kuru soğan (orta boy)
1 çay kaşığı biber salçası
1 çay kaşığı domates salçası
Sos için:
Margarin
Domates,
Un

2 adet kuru soğan, ince ince kıyılır ve tuz ile ovulur. Domateslerin kabukları soyulur ve küçük küçük doğranır. Kıyma; nane, maydanoz, biber salçası, kırmızı ve kara biberle birlikte iyice karıştırılır, en son pirinç ilave edilerek iç malzemesi hazırlanır. Diğer soğanların iki ucu biraz derince kesilir, sıcak suyun içinde 10 dakika bekletilir. Yumuşayınca içi çıkartılır. Önceden hazırlanmış iç malzeme, soğanların içerisine doldurulur. Üstlerine domatesten kapaklar yapıp, yarısına kadar su ilave edilir, yarım saat pişirilir. Sos: Margarin eritilerek içerisine un konur ve kavrulur. Rendelenen domates ilave edilip biraz su ile pişirilir. Soğan dolmalarının üstüne dökülerek servise sunulur.

