



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SOĞAN DOLMASI

6 adet beyaz soğan  
2 çay bardağı pirinç  
1 baş sarımsak  
1 demet maydanoz  
2 yemek kaşığı sumak  
2 yemek kaşığı kuru nane  
100 gram tereyağı  
Tuz  
Karabiber, pul biber, kişniş

Soğanların içini az haşlayınca kolay çıkıyor bilginiz olsun. Bunun için 5 dakika kadar soğanı haşlayıp hemen soğuk sudan geçirin ve içlerini alın. Çıkan içleri kıyın ve pirinci, maydanozu, sarımsağı soğanı içiyle karıştırın. Tuz, pul biber, kişniş de ekleyip birlikte iyice karıştırın. Karışımı soğanların içine fazla sıkıştırmadan doldurun. Tencereye dizin. Üzerine 1-2 su bardağı su ilave edip pirinçler yumuşayıncaya kadar pişirin. Ocaktan indirip üzerine, kuru naneyi dökün ve bu şekilde 5 dakika demlendirin.