



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK DOLMASI

1 bütün tavuk
200 gr. ciğer
1 su bardağı pirinç
2 adet soğan
2 adet sivri biber
Yarım domates
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı dolmalık fıstık
1 çorba kaşığı kuş üzümü
1 çay kaşığı yenibahar
2 dal tarçın
1 su bardağı su
Tuz
Karabiber

Pirinci ılık suda 10 dakika bekletip, süzün. 2 adet soğanı küp doğrayın, tencereye 2 çorba tereyağı koyup pembeleşinceye kadar kavurun, bu sırada 200 gr. ciğeri kuşbaşı doğrayın. 1 çorba kaşığı dolmalık fıstığı ve kestiğiniz ciğerleri ekleyip kavurun. İçine doğradığınız 2 adet biberi ve pirinçleri de karıştırın. 1 dal tarçın, 1 çay kaşığı yenibahar, 1 çorba kaşığı kuş üzümü, yeterince karabiber ve tuzu tencereye ekledikten sonra 1 su bardağı sıcak suyu tencereye dökün. İç pilav suyunu çekene kadar 10 dakika pişirin. Tavuğun içini hazırladığınız bu malzeme ile doldurun. 1 domatesi ikiye bölün. Yarım dilim domatesi tavuğun içine koyun. Tavuğu dış kısmını tuzlayın ve yağlayın. 1 adet soğanı fırın tepsisine koyun. Tavuğu ve fırın tepsisini folto ile iyice sarın. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 1,5 saat pişirin.