



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUK KIYMALI İŞKEMBE DOLMASI

2 adet işkembe  
250 gr tavuk kıyma  
Yarım kilo pirinç  
1 yemek kaşığı biber salçası  
4 adet soğan  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 tatlı kaşığı tuz  
2 yemek kaşığı yağ  
Kimyon  
3 su bardağı su

Soğanlar küçük küçük doğranır. Pirinç, tavuk kıyma ve yağ biber salçası tuz ve karabiber eklenerek karıştırılır. İşkembe, peçeteden biraz daha küçük kareler şeklinde kesilir. Her birinin içine hazırlanan harçtan 1 yemek kaşığı kadar konulur. Bohça şekline getirilip, yorgan iğnesi ve ipliği ile dikilir. Bütün işkembe doldurulduktan sonra tencereye yerleştirilir. 3 su bardağı su ve tuz ilave edilip, 40-60 dakika pişirilir, üzerine bolca kimyon dökülerek yenir.

