



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL DOMATES DOLMASI

16 adet iri yeşil ham domates

İç için:

500 g yağlı koyun döşü kıyması

5 adet soğan

1 yemek kaşığı tereyağı

2 kahve fincanı pirinç

1 kahve fincanı su

1 tatlı kaşığı tuz

1 tatlı kaşığı karabiber

10 dal maydanoz

5 dal dereotu

5 dal nane

Pişirmek için:

2 su bardağı etsuyu

1 tatlı kaşığı tuz

Domatesler oyularak içleri boşaltılır.

Soğanlar çok ince doğranır ya da rendelenir. Diğer malzemelerle iyice karıştırılır.

Hazırlanan domatesler iç doldurularak ağız kısımları domates parçaları ile kapatılır.

Üzerine etsuyu ve tuzu eklenir. Hafif ateşte 40 dakika kadar pişmeye bırakılır.

Not: Ocak yerine fırında da pişirilebilir.