



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ZEYTİNYAĞLI BİBER DOLMASI

- 1 Kg. Orta boy dolmalık biber
- 2 Çorba kaşığı kuş üzümü
- 2 Su bardağı pirinç
- 1 Çorba kaşığı kuru nane
- 1 Su bardağı zeytinyağı
- 8-10 Dal maydanoz
- 8-10 Soğan
- 8-10 Dal dereotu
- 1 Çorba kaşığı çam fıstığı
- 1 çay kaşığı toz şeker
- 1 Çay kaşığı tarçın
- 1 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Çay kaşığı yenibahar
- 2 Orta boy domates

Dolmanın içini hazırlayınız. Biberleri yıkayıp sap kısmını içine bastırarak çıkartınız. Çekirdeklerini boşaltınız. Biberlere dolma içini doldurup ağız kısmına domatesten yuvarlak kapaklar keserek kapatınız. Tencereye maydanoz ve dereotu sapları yerleştirip üzerine biberleri sıralayınız.

1 su bardağı kaynar su ve artan domates suyunu ilave edip tuz serpiniz, önce orta, sonra hafif hararetli ısıda biberler yumuşayınca kadar pişiriniz. Kabında soğutup servis tabağına dizip şekillendirilmiş limon dilimleri ile süsleyiniz.

İçinin hazırlanması:

Tencereye incecik kıyılmış soğan, fıstık, tuz ve yağı koyunuz. Hafif hararetli ısıda ağız kapalı olarak 10 dakika pişiriniz.

3 su bardağı kaynar su, şeker, kuş üzümü ilave edip bir taşım kaynayınca ayıklanmış ve yıkanmış pirinci içine salınız. Beş dakika orta hararetli ısıda kaynatıp ısısını azaltarak 20-25 dakika pişiriniz. Kıyılmış maydanoz, dereotu, nane, tarçın, yenibahar ilave edip karıştırınız, istenilen dolma çeşitlerinde kullanınız.