



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BİBER DOLMASI

MALZEME

800 gram dolmalık biber

Zeytinyağı dolma içi

2-3 adet domates

1 adet limon

1/2 su bardağı zeytinyağı

Yeterince tuz ve su

YAPILIŞI

Satın aldığımız aynı boydaki biberlerin saplarından bastırarak, etraflarını yırtmadan sap ve tohum kısımlarını çıkartalım. İçinde kalmış tohumları da parmağımızla döküp içlerini ve dışlarını bol su ile yıkayalım.

Domateslerin iç çekirdek kısımlarını çıkartıp etli kısımlarını, dolma biberlerin ağızlarını kapayacak şekilde kesip hazırlayalım.

Hazırladığımız zeytinyağı dolma içi ile çok sık olmamak şartıyla biberleri doldurup ağızlarına birer domates parçası ile kapak yapalım. Ağızları yukarı gelecek şekilde tencereye dizelim.

Üzerine yeterince tuzunu serpip sıvıyağ dökelim.

Biberlerin üzerini geçecek kadar su koyalım.

2-3 tane küçük düz tabağı dolmaların üzerine kapattıktan sonra tencerenin ağızını da kapayıp su kaynayıncaya kadar hızlı daha sonra kısık ateşte pişirelim.

Dolmalar pişince, ağızı kapalı olarak demlendirelim.

NOT: Biber dolmalarını,piştikten sonra bir tepsiye dizip dibine de kendi suyundan biraz koyup üstten yanan fırında renk alıncaya kadar kızartırsanız daha lezzetli olur.