



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BİBER DOLMASI

8 orta boy dolmalık biber
2 orta boy domates
1/3 su bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
1+1/2 kahve kaşığı şeker
1/2 su bardağı su

Harcı:

100 gr (1/2 su bardağı) pirinç
125 gr (3/4 su bardağı) zeytinyağı
400 gr soğan (ince kıyılmış)
15 gr kuş üzümü (ayıklanmış)
1+1/2 kahve kaşığı yenibahar
1/2 su bardağı sıcak su
1+1/2 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)
1+1/2 çorba kaşığı dereotu (ince kıyılmış)
1+1/2 çorba kaşığı taze nane (ince kıyılmış)

Harcı hazırlamak için, önce pirinci ayıklayıp 4-5 su yıkadıktan sonra içine 1 çorba kaşığı tuz atılmış 2 su bardağı ılık suda ıslatarak, 1 saat kadar kabarmasını bekleyiniz. Pirinç ıslanıp kabardıktan sonra, bir kevgire alarak suyunu süzünüz. Zeytinyağını orta boy bir tavada ısıtınız. Yağ kızınca fıstığı koyup 2-3 defa karıştırarak hafifçe sarartınız. Hemen arkasından soğanını ekleyip 3-4 dakika ağır ağır, sürekli karıştırarak pişiriniz. Soğanlar pembeleşmeye başlayınca önce pirinci ekleyip 4-5 dakika karıştırarak kavurunuz; kuş üzümünü, şekerini, tuzunu ve yenibaharını katıp karıştırdıktan sonra, 1/2 su bardağı sıcak su ekleyip tekrar karıştırınız. Tencerenin kapağını kapayıp ocağın altını kısınız. Ağır ateşte 10-15 dakika pişirdikten sonra tencereyi ocaktan alınız, içine maydanoz, dereotu ve naneyi koyup karıştırınız. Hazırladığınız bu harcı bir kenara koyunuz. Biberleri yıkayıp süzdükten sonra, saplarını ve çekirdeklerini (tercihan saplarına yakın bir yerden) bıçakla keserek, çıkarıp atınız. Yıkamış olduğunuz domateslerin her birini 4 eşit parçaya bölünüz. Biberlerin içini hazırladığınız harç ile doldurunuz. Her biberin üstüne bir domates parçası yerleştirerek biberleri orta boy bir tencereye diziniz. Tuzu, şekerini, yağı ve suyu ekleyiniz. Ağır ateşte 40-45 dakika suyunu çekinceye kadar pişiriniz. Dolmaları tencereden dikkatlice alarak bir servis tabağına dizip, soğuduktan sonra servis ediniz.