



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI DOMATES DOLMASI

20 adet domates
1 su bardağı Altın Hasat Zeytinyağı
6 adet soğan (Yemeklik doğranmış)
1 bağ maydanoz (İnce kıyılmış)
1 su bardağı pirinç (Yıkamış)
1 çay bardağı Bizim Ayçiçek Yağı
½ çay kaşığı karabiber
½ çay kaşığı yenibahar
1 tatlı kaşığı şeker
Tuz
½ çay bardağı dolma fıstığı
1 çay bardağı kuşüzümü (Yıkamış)
Su

Dolma İçinin Hazırlanışı :

- ❑ Tencerenin içine Altın Hasat Zeytinyağı koyup, kızdırın.
- ❑ Soğanı ilave ettikten sonra karıştırın.
- ❑ Soğanlar biraz renk aldığı anda pirinci ilave edip, 5 dakika kadar karıştırın.
- ❑ Suyunu saldığında, bir kaynatımla ağır ateşte 10 dakika pişirin.
- ❑ Tavaya 1 çay bardağı Bizim Ayçiçek Yağı'nı koyup, fıstıkları kızartın ve pirincin üzerine ilave edin.
- ❑ Yenibahar, karabiber, şeker, kuşüzümü ve maydanozu ekleyip iyice karıştırın.

Yapılışı :

- ❑ Domatesleri çiçek kısmından düz keserek bir kapak açın. Ancak kapağı koparmayın. Parizien kaşığı veya küçük çay kaşığı ile içini boşaltıp suyunu akıtın.
- ❑ Hazır olan dolma içini doldurarak, biraz bastırın. Fırın kabına dizin ve domateslerin kapaklarını kapatın.
- ❑ ½ çay bardağı su ve Altın Hasat Zeytinyağı gezdirip, orta dereceli ateşte 10 dakika pişirin.
- ❑ Soğuduktan sonra süsleyerek servis yapın.