



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI PATATES DOLMASI

4 adet iri patates
2 adet havuç
5 diş sarımsak (ince kıyılmış)
1 demet maydanoz
3 adet iri domates
1 su bardağı zeytinyağı (250 ml)
4 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı şeker
1/2 demet dereotu
1 çorba kaşığı salça
Tuz

Havuçları robotta rendeleyin.

Kuru soğanları yarım ay şeklinde doğrayın.

Maydanoz ve dereotlarını robotta çekin.

Patatesleri soyun ve ortadan 2'ye kesin ve alt kısımlarını, tencereye rahat oturmaları için, bıçakla hafifçe keserek düzeltin. Altlarını delmeden, içlerini oyun.

1/2 su bardağı zeytinyağında soğan ve sarımsakları kavurun. Domates, havuç, şeker, salça, maydanoz ve dereotunu ilave ederek, 10 dk daha kavurmaya devam edin.

Hazırladığınız harcı, patateslerin içine doldurun ve dolmaları, derin olmayan bir tencerenin içine yerleştirin. Artan harcı da tencereye yerleştirin. Geri kalan 1/2 bardak zeytinyağı ve 1+1/2 su bardağı sıcak suyu da ekleyerek, dolmalarınızı 40 dk (patatesler yumuşayınca kadar) pişirin.

Tenceredeki fazla harcı dolmaların yanına koyarak, soğuk olarak servis yapın. Arzu ederseniz, üzerlerine kıyılmış maydanoz serpebilirsiniz.