



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI PIRASA DOLMASI

2 bardak haşlanmış Pirinç
Yarım kilo pırasa
1 adet havuç (doğranmış)
2 su bardağı yoğurt
Yarım demet dereotu
1 adet patlıcan (küp şeklinde doğranmış)
1 domates
2 şeker kaşığı kuru nane
2 yemek kaşığı zeytinyağı
Yeterince tuz ve kimyon

Pirincin pişmesi için 2.5 bardak su ile biraz haşlayın. Bir tavada yağı kızdırıp patlıcan, pirinç, dereotu, kuru nane, tuz ve kimyonu ekleyip 20 dakika kadar kavurun. Pirinçler pişince hazırlanmış olan bu içten pırasaların içine doldurun, fırına koymadan önce üzerlerine yoğurt dökün sonra fırın kabına dizin. 150 derece ısıtılmış fırında 30 dakika kadar pişirin. Servis tabağına alıp domates, havuç ve limon dilimleriyle süsleyerek servis yapabilirsiniz.