



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI RENKLİ BİBER DOLMASI

8 adet renkli biber dolması
2 adet kuru soğan
1 su bardağı pirinç
1 tatlı kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı karabiber
Yarım demet maydanoz
Birkaç dal taze nane
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı şeker
Yarım kahve fincanı kuş üzümü
Yarım kahve fincanı kadar dolmalık fıstık
1 adet büyük boy domates
1 çay bardağı zeytinyağı
Tuz

Öncelikle iç malzemesi için kuru soğanlar ince yemeklik doğranır ve yarım çay bardağı zeytinyağında kavrulur. Soğanlar kavrulunca rendelenmiş veya robottan geçirilmiş 1 adet domates eklenir ve karıştırılır.

Yıkanmış ve suyu süzölmüş pirinçler ilave edilerek hafifçe kavrulur.

Dolmalık fıstıklar, kuş üzümü, tarçın, kuru nane, karabiber, toz şeker, tuz ilave edilir.

Karıştırılarak ocaktan alınır. Son olarak ince doğranmış maydanoz ve taze naneler eklenir ve güzelce karıştırılır. Diğer taraftan dolmalık biberlerin kapak kısmı açılır ve güzelce yıkanır.

Her biberin içine iç harcından doldurularak tencereye yerleştirilir. Burada önemli olan nokta pirinçlerin rahatça şişebilmesi için biberleri çok sıkı bir şekilde ve tepelene doldurmamak gerekir, yarısını biraz geçecek kadar iç harcı doldurmanız yeterli olacaktır.

Dolmaların kapağına kapatmak için bir domates küçük doğranarak her biberin tepesini kapatılır.

Daha sonra uygun bir tencereye doldurulur.

Son olarak üzerlerine yarım çay bardağı kadar zeytinyağı gezdirilir ve biberlerin yarısına gelecek kadar su ilave edilir.

Tencerenin kapağı kapatılarak pişmeye bırakılır.

Pirinçler yumuşayıncaya kadar, yaklaşık 20-25 dakika kaynatılır.

Soğuduktan sonra servis edilir.