



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler© Mutluluklar Diler

ANKARA DOLMASI



18-20 adet dolma biberi
300 gr kuzu kıyması
2 adet kuru soğan
1,5 çay bardağı pirinç
1,5 çay bardağı pilavlık bulgur
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çorba kaşığı kuru nane
1 çay kaşığı karabiber
1,5 tatlı kaşığı tuz
1,5 çay bardağı ayçiçek yağı
3 su bardağı et suyu
Üzeri için:
Domates

- # Tencereye yağ konur, ısınınca çok ince kıyılmış soğan eklenir ve yarım olarak kavrulur.
- # Üzerine yıkanmış pirinç ve bulgur eklenir, 5 dakika kadar kavrulur.
- # Üzerine salça katılır ve kokusu gidene kadar çevrilir. Son olarak tuz, karabiber ve nane eklenir, ateşten alınır.
- # İç tamamen soğuyunca çiğ kıyma atılır ve karıştırılır.
- # Hazırlanan iç oyulmuş biberlerin yarısına kadar gevşek şekilde doldurulur.
- # Dolmalar tencereye dizilir. Üzerine doğranmış domates kapatılır.
- # Et suyu kenardan boşaltılır, tencerenin kapağı kapatılır.
- # Hızlı ateşte kaynama noktasına geldikten sonra ocak kısılır, 30-35 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak sofraya getirilir.

Not: Ankara dolmasına kavurma sırasında kesinlikle et suyu ya da su konmaz. Bunun nedeni iç malzemesinin tane tane olması içindir.