



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

ŞİPŞAK BİBER DOLMASI



1 kg dolma biberi
1,5 su bardağı pirinç
250 gr kıyma
1 adet kuru soğan
Yarım demet dereotu
yarım demet maydanoz
yarım demet taze nane
1 çorba kaşığı domates salçası
Yarım su bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
2 su bardağı su
Üzeri için:
Domates

- # Soğan çok ince kıyılır, tuz eklenir ve gevşeyene kadar elle ovulur.
- # Kıyma, salça eklenir, biraz daha yoğrulur. Yıkamış pirinç, 1 su bardağı su, sıvıyağ ve karabiber ilave edilir.
- # En son ince kıyılmış maydanoz, taze nane ve dereotu konur, alt-üst edilir.
- # Oyulmuş dolma biberlerinin içine gevşek bir şekilde yarıdan biraz fazla doldurulur.
- # Düz tabanlı bir tencereye dizilir. Üzerlerine doğranmış domates dilimleri bırakılır.
- # Tencere ateşe yerleştirilir. Kapak kapatılır, 5 dakika pişirilir.
- # Sonra kalan 1 su bardağı sıcak su gezdirilir. Ateş kısılır, kapak kapatılır, 45 dakika pişirilir.
- # Sıcak olarak sofraya getirilir.

Not: Dolmanın içinin pişince tane tane olması için biberin en fazla 3/2'si doldurulmalıdır.