

Dolmas (légumes farcis)

Pour 8 personnes :

8 poivrons vert « dolmalik »

4 courgettes longues

1 oignon

1 tomate

2 petits poivrons rouges allongés

2 tasses de riz pilavlik piriç

3 c à s de purée de tomate

1 verre à thé d'huile

Persil

Sel, poivre

250g de viande hachée (kiyma) – les dolmas peuvent aussi être réalisés de la même façon sans la viande

Evider les poivrons verts et les courgettes que vous aurez préalablement coupées en 2.
Emonder la tomate et couper les poivrons rouges en petits cubes, émincer l'oignon, hacher le persil.

Mettre tous les ingrédients dans un saladier avec le verre d'huile et bien les mélanger à la main en pétrissant. Ajouter le riz et la viande et repétrir encore, saler, poivrer, ajouter la purée de tomates.

Remplir les poivrons et courgettes avec ce mélange en tassant bien et fermer avec une entame de tomate ou de poivron.

Disposer dans une marmite et verser de l'eau froide à mi-hauteur. Recouvrir d'une assiette retournée et mettre le couvercle. Porter à ébullition puis baisser et laisser mijoter pendant 45 mn environ.

Afiyet Olsun