



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Фаршированный перец по-Анкарински

Ankara Dolması



18-20 шт. перца
300 гр. баранего фарша
2 луковицы
 $\frac{3}{4}$ стакана риса
 $\frac{3}{4}$ стакана дробленой пшеницы
1 ст.л. томатной пасты
1 ст.л. сухой мяты
0,5 ч.л. черного молотого перца
1,5 ч.л. соли
 $\frac{3}{4}$ стакана подсолн. масла
3 стакана мясного бульона
Украсить:
Помидор

- # В кастрюле пассировать в масле до полуготовности мелко порезанный лук.
- # Добавить промытый рис и дробленую пшеницу, готовить еще 5 минут.
- # Добавить томатную пасту, обжаривать пока исчезнет запах, затем посолить, поперчить, добавить мяту и снять с огня.
- # Когда остынет добавить фарш, хорошо перемешать.
- # Перец очистить от семечек, нафаршировать до половины и поставить в кастрюлю бок о бок. Сверху положить кружочек помидора.
- # В кастрюлю налить мясной бульон и закрыть крышкой.
- # На сильном огне когда закипит, убавить огонь и варить 30-35 минут.
- # Подавать горячим.

Когда обжариваем рис и пшеницу воду добавлять не надо, иначе уже в начинке рис сильно разварится.