

**Bence Vera**  
**IRAKI KONYHA**  
*Világkonyha, Minerva, 1979, 10-11. oldal*

**Töltött paprika (Biberini)**

Hozzávalók:

*4 nagy zöldpaprika,  
töltelék (Dolma) I.*

A paprikát kimagozzuk, megmossuk. Forró sós vízben 5 percig főzzük, majd leszűrjük. Kihűtjük. Megtöltjük az I. sz. töltelékkel, rátesszük a tetejét, tűzálló tálba felfelé állítva 2 dl hideg vizet öntünk alá, és 20-30 percig főzzük. Kihűtve, hidegen tálaljuk.

**Töltelék (Dolma) I.**

Hozzávalók:

*20 dkg rizs,  
4 fej vöröshagyma apróra vágva,  
1 kávéskanál cukor,  
1 paradicsom hámozva,  
1-2 szál kapor apróra vágva,  
1 dl fehér bor,  
1 dl olaj,  
1 kávéskanál fűszer (majoránna, kakukkfű),  
1 kávéskanál só,  
1 kávéskanál bors.*

A rizst félig megfőzzük (2 dl vízben kb. 10 percig). A hagymát az olajban megpároljuk, beletesszük a fűszereket, a rizst, és takaréklángon kb. 10 percig főzzük. Végül hozzáadjuk a paradicsomot, bort, 1 dl vizet, cukrot, és még kb. 10-15 percig főzzük. Ezt a tölteléket általában hidegen tálaljuk.

**Töltött paprika (Etili biber dolmasi)**

Hozzávalók:

*8 zöldpaprika,  
3 evőkanál olaj,  
3 evőkanál apróra vágott petrezselyem,  
5 dl húsleves (kocka vagy konzerv),  
töltelék II.,  
só.*

A kicsumázott paprikát megmossuk, majd 5 percre forró sós vízbe tesszük. Kivesszük a vízből, megtöltjük a töltelékkel, s egymás mellé állítjuk őket egy lábosban. A lábos aljára öntjük az olajat (vagy a zsírt), és a paprikát leöntjük a húslevessel. Takaréklángon 30-40 percig főzzük, majd melegen tálaljuk, a tetejére petrezselymet szórunk.

## **Töltelék (Dolma) II.**

Hozzávalók:

*20 dkg darált hús,  
1-2 evőkanál olaj,  
5 dkg rizs,  
2-3 evőkanál száraz vörös bor,  
só,  
bors,  
2 evőkanál apróra vágott kapor,  
1 dl húsleves (konzerv vagy zacskó),  
1 fej vöröshagyma apróra vágva,  
2 kávéskanál apróra vágott petrezselyem.*

Az olajban a hagymát enyhén megpirítjuk, majd rátesszük a rizst és a húslevest, és addig pároljuk, míg a folyadék el nem főtt (10-15 perc). Ezután beletesszük a húst, a bort és a fűszereket, és még 5-6 percig főzzük. Ezt a tölteléket általában melegen tálaljuk.

## **Húspástétom (Mantali sigir)**

Hozzávalók:

*40 dkg liszt,  
1 nagy fej vöröshagyma reszelve (vagy hagymakrém),  
3 evőkanál víz,  
1 egész tojás,  
1 tojássárgája,  
25 dkg darált marhahús,  
2 kávéskanál só,  
1 kávéskanál törött fehérbors,  
köménymag a díszítéshez,  
7 dl húsleves (zacskóleves is lehet),  
2 dl joghurt,  
1 tojás felverve.*

Nagy tálban gyúrjuk össze a lisztet a tojással és a tojássárgával, vízzel, sóval, borssal. Mikor a tészta már sima, pihentessük 2 óra hosszat.

Közben készítsük el a tölteléket, keverjük össze a darált húst, hagymát, sót, borsot.

Kilisztezett deszkán nyújtsuk a tésztát olyan vékonyra, ahogy csak tudjuk. Vágjunk 6 cm nagyságú kockákat, a közepükre tegyünk 1 kávéskanál tölteléket, hajtsuk félbe, ragasszuk le a széleket egy kevés vízzel. Kenjük meg a tetejét a felvert tojással, szórjuk meg köménymaggal. Gyengén kiolajozott tepsiben tegyük előmelegített forró sütőbe. Süssük szép aranysárgára (kb. 20 perc), majd öntsük rá az erőleveset, fedjük be a tepsit fóliával, és takaréklángon süssük, míg a tészták puhák nem lesznek, és a leves el nem fő.

A joghurtot tálban villával vagy habverővel verjük fel, és öntsük poharakba. A forró tésztához kínáljuk.