



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

500 gr yağlı koyun döşü kıyması

5 soğan

1 yemek kaşığı tereyağı

2 kahve fincanı pirinç

1 kahve fincanı su

1 tatlı kaşığı tuz

1 tatlı kaşığı karabiber

10 dal maydanoz

5 dal dereotu

5 dal nane yada kuru nane

Pişirmek için:

2 su bardağı etsuyu

1 tatlı kaşığı tuz

Yeteri kadar kabak çiçeği

Soğanlar çok ince doğranır ya da rendelenir. Diğer malzemelerle iyice karıştırılır.

Kabak çiçekleri yıkanır, kurulanır ve hazırlanan içle doldurulur ve tencereye dizilir.

Et suyu ve tuzu eklenir.

Dolmaların üzerine önce bir tabak kapatılır sonra tencerenin kapağı kapatılarak hafif ateşte 40 dakika kadar pişmeye bırakılır.