



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PEYNİRLİ KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

20 adet kabak çiçeği
3 şişe soda
6 yemek kaşığı un
2 tutam tuz
2 tutam karabiber
2 adet yumurta
5 dal maydonoz
3 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardağı az tuzlu lor
2 tatlı kaşığı toz nane
2 çay bardağı ince kıyılmış dereotu
2 çay bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
2 tutam tuz
2 tutam karabiber
4 su bardağı sıvıyağ

Önce kabak çiçeklerini su dolu geniş bir kaba yavaşça alın.

Su içinde bir süre bekleyen kabak çiçeklerinin çiçek kısımları hafifçe açılacaktır.

İçindeki tohum kısımlarını dikkatlice koparın.

Ayrı bir kapta soda, yumurta ve unu sulu yoğurt kıvamına gelene kadar karıştırın.

Üzerine tuz ve karabiberi ilave ederek tatlandırın.

İç harcı için, lor peynirini, zeytinyağı, yumurtayı, naneyi, dereotunu, beyaz peyniri ve ince kıydığınız taze soğanları ayrı bir kapta karıştırın. Üzerine tuz ve karabiber ekleyin.

Kabak çiçeklerini sudan çıkarıp süzün.

Yapraklarını hafifçe koparmadan açıp iç harcı bastırarak doldurun ve kenardaki yaprakları üzerine kapatın. Tüm kabak çiçeklerini bu şekilde doldurduktan sonra hazırladığınız harca batırın.

Tavaya sıvıyağı koyun ve kızdırın.

Harca batırdığınız kabak çiçeklerini bu yağda kızartın.

Kızarttığınız kabak çiçeklerini kağıt havlu üzerine koyarak fazla yağın çekirin, servis edin.